

# Cuprins

<i>Dedicație</i> .....	9
<i>Mulțumiri</i> .....	11
<b>Fundamentele</b> .....	13
<b>Introducere</b> .....	15
Ce abordează această carte .....	15
Cele cinci însușiri esențiale ale copiilor autonomi .....	18
Importanța direcționării spre interior versus cele spre exterior .....	22
<b>Planul jocului –</b>	
<b>Șapte strategii pentru a-ți învăța copiii să gândească singuri</b> .....	27
<b>Unu. Crearea unui mediu familial adecvat</b> .....	29
Eliminarea elementelor care duc la direcționarea spre exterior .....	30
Câte ceva despre influența fraților .....	50
Importanța unei identități familiale .....	53
<b>Doi. Sprijinul acordat copiilor pentru crearea unui dialog interior benefic</b> .....	55
Opt tehnici de încurajare a introspecției .....	56
Combaterea dialogului interior nesănătos .....	68
Să-i ajutăm să se confrunte cu dialogul lor interior nesănătos .....	69
Să îi ajutăm să se recupereze după efectele confruntării cu adevărul .....	70
Să îi ajutăm să găsească soluții printr-un dialog interior benefic și onest .....	71
Cum să ne modelăm propria onestitate interioară pentru copiii noștri .....	71
<b>Trei. Să-i ajutăm pe copii să-și păstreze intuiția naturală</b> .....	73
Să apelăm la folosirea puterilor noastre intuitive proprii .....	74
Să-i încurajăm să-și urmeze propriile presimțiri .....	74

Să-i învățăm pe copii cum să-și fortifice puterile lor intuitive .....	74
Jocuri ale intuiției .....	75
Ținerea unui jurnal al intuițiilor .....	76
Să-i învățăm pe copii cum să recepționeze mai limpede semnalele intuitive .....	76
<b>Patru. Să-i învățăm pe copii empatia .....</b>	<b>77</b>
Să-i învățăm pe copii cum funcționează „egoismul generos” .....	79
Să-i ajutăm pe copii să-i înțeleagă pe alții folosind „triada empatiei” .....	79
Să-i ajutăm pe copii să-și dezvolte empatia prin întraajutorare ....	81
Să-i ajutăm pe copii să-și folosească dialogul interior pentru a-și dezvolta empatia .....	81
Să-i ajutăm pe copii să-și dezvolte empatia prin interpretarea de roluri .....	83
Folosirea lui „eu mă simt” pentru a-i învăța pe copii empatia ...	84
Formarea empatiei .....	85
Să-i învățăm pe copii empatia prin necondamnarea năpăstuitului .....	86
<b>Cinci. Educarea disciplinei în scopul încurajării     <b>    direcționării spre interior .....</b></b>	<b>87</b>
Ce înseamnă a educa într-un mod care încurajează direcționarea spre interior .....	88
Cele douăsprezece cerințe de bază ale unei educații în sensul direcționării spre interior .....	89
Opt tehnici de educare a disciplinei care încurajează autonomia	103
<b>Șase. Să-i ajutăm pe copii să-și revină după un eșec .....</b>	<b>115</b>
Să discutăm despre propriile greșeli față de copiii noștri .....	117
Să nu le interzicem activitățile în care excelează drept pedeapsă pentru un comportament greșit .....	117
Să împărtășim lecțiile pe care le-am învățat din propriile greșeli .....	118
Să-i învățăm despre valoarea eșecurilor .....	118
Să-i învățăm să-și dorească performanța personală, nu perfecțiunea .....	119
Un concurs al greșelilor .....	120

Ignorarea insucceselor din trecut .....	120
Să-i învățăm „tolerarea eșecului” ca să nu reacționeze exagerat la greșeli .....	121
Încurajarea greșelilor .....	121
Încurajarea independenței .....	122
Să-i învățăm că eșecul nu trebuie să le afecteze încrederea în sine .....	122
Acceptarea suferinței ca pe un lucru bun .....	123

### **Șapte. Să-i ajutăm pe copii să gestioneze influențele**

<b>lumii reale</b> .....	125
Droguri și alcool .....	126
Violența printre copii .....	129
Tehnologia modernă .....	131
Traiul pe fugă .....	133
Societate de consum versus simplitate .....	135
Sexualitate .....	138
Înfățișarea trupului și percepția frumosului .....	141
Mentalitatea și confruntarea câștigător – ratat .....	144
<i>Concluzii</i> .....	147
<i>Provocări specifice educației copiilor</i> .....	149
<i>Un sistem pe niveluri pentru adolescenți</i> .....	254
<i>Bibliografie selectivă pentru ediția în limba română</i> .....	256

# Introducere

*Munții se mișcă din loc îndepărtând  
mai întâi micile pietre.*

– ANONIM

## CE ABORDEAZĂ ACEASTĂ CARTE

Câți dintre noi compară creșterea copiilor cu o călătorie plină de primejdii? Ca părinți, noi ne învățăm permanent copiii cum să se ferească de relele din exterior – cum ar fi drogurile, alcoolul, bandele, violența și sinuciderea –, dar și cum să evite capcanele din interior – cum ar fi cinismul, dietele impuse, iresponsabilitatea și un autocontrol deficitar. Aceste judecăți pun uneori viitorul copiilor noștri într-o lumină de-a dreptul sumbră! Dar, rolul nostru este să-i conducem spre succes, competență, încredere în sine și independență.

Ca medic, am avut șansa să pătrund în acest sector al vieții umane la care ceilalți nu au acces direct. Pacienții îmi pot deschide o fereastră către lume, prin care să reușesc să văd cele mai intime gânduri despre ei și viețile celor din familiile lor. Și ceea ce am văzut eu de-a lungul anilor m-a fascinat. Pe de o parte, am avut pacienți care păreau să aibă „de toate“, dacă e să ne luăm după standardele sociale, bineînțeles. Dar se arătau adesea lipsiți de satisfacții, frustrați și deprimați, pretinzând că viețile lor sunt carapace goale. Mi-a atras atenția un ins care avea mai multe mașini, un iaht mare, o proprietate în Texas Hill Country și o casă de 650 de metri pătrați într-o zonă rezidențială exclusivistă. Avea posibilitatea să-și îmbrace familia la cei mai vestiți designeri de modă și să-și trimită copiii la cele mai de elită școli. În ciuda acestor avantaje, viața lui era o nerezită. Doi dintre copiii săi erau pierde-vară, neangajați,

consumatori de droguri, iar cel de-al treilea pierise într-un accident tragic. Sprijinul afectiv marital pentru acest suflet necăjit era aproape inexistent, căci relația cu soția sa devenise, după multe certuri, una searbădă. Pe scurt, iată un om care reușise în domeniile în care societatea îi promisese că va fi fericit, dar societatea nu a respectat până la sfârșit termenii acestei înțelegeri. Iată un om a cărui nefericire era rezultatul faptului că-și întemeiase alegerile pe valorile din exterior ale lumii, în loc să țină cont de ceea ce simțea și considera că ar fi cel mai bine pentru el.

Pe de altă parte, am avut un pacient cu o soție minunată și șase copii care trăiau de azi pe mâine, într-o casă gen rulotă. El muncea din greu ca ajutor de mecanic, cu un salariu mic, la o companie de utilaje petroliere, și-și petrecea timpul pentru a rezolva nevoile familiei, nu pentru imaginea sa socială sau pentru nevoia sa de evadare. Câtă poftă de viață aveau acești oameni când veneau la clinica mea cu zâmbete luminoase și reală recunoștință! Între ei existau dragoste adevărată și admirație și acestea se dovedeau mai puternice decât influențele din exterior care ar fi putut să-i despartă. Nu le păsa de jeanși sau cizme de firmă. Școala publică era foarte bună pentru copiii lor, căci cei doi părinți simțeau că, la urma urmei, era responsabilitatea lor să-i educe pe copii, implicându-se în problemele de la școală și supraveghind îndeaproape temele pentru acasă. Și, după părerea lor, iazul neamenajat din spatele rulotei putea aduna mai multe râsete din partea copiilor decât un iaht dichisit. Iată un om a cărui fericire venea din faptul că făcuse propriile alegeri, folosindu-se de propria judecată pentru a-și plia acțiunile pe valorile și principiile lui, în loc să accepte orbește alegerile făcute pentru el de o societate care nu manifestă înțelegere sau preocupare pentru individ.

Deși consideram aceste observații interesante, abia mai târziu am făcut legătura dintre ele și tot ceea ce este rău în lumea de astăzi. În fiecare dimineață, citeam în presă știri îngrozitoare, pe care refuzam să le cred – știri despre copii care-șiucid părinții sau frații, despre membri ai bandelor care-și propuneau să ucidă și despre mame care-și țineau copiii legați cu lanțuri de stâlpii din pivniță, lăsându-i să se tăvălească în propria lor murdărie. Aceste fapte înspăimântătoare și condamnabile m-au făcut să mă întreb cum de putea cineva să priveze pe cineva de viață așa de ușor...

aceeași viață pe care eu, ca medic, mă străduiam adesea din răspuțeri să o salvez.

Apoi, într-o zi, am citit o istorisire de care n-am mai putut face abstracție. O tânără mamă își ucisese copilul de doi ani pentru un disconfort neînsemnat, îl tăiasc în bucăți mici, îl prăjise în tigaie și-l dăduse de mâncare la câini. În acel moment, am simțit că trebuia să fac ceva ca să opresc această nebunie, pentru lumea care-mi dăduse atât de multe și pentru lumea în care copiii mei aveau să-și trăiască viețile.

Am hotărât să cercetez cum interpretează alții starea lumii de astăzi. Am luat interviuri câtorva sute de profesori, părinți și copii din Texas și California, și chiar și din Norvegia. Mulți copii au fost intervievați în pauzele de masă din recreații, cu permisiunea părinților și a directorilor. Alții au fost intervievați prin telefon. În acest pagini veți găsi multe trimiteri la răspunsurile lor.

Această misiune socială de recunoaștere m-a inspirat să caut cauza cea mai apropiată a problemelor actuale ale societății. La începutul cercetărilor, am observat că oamenii abordează probleme sociale mergând la vârful coroanei, și nu în adâncime, la rădăcini, așa că, în cel mai bun caz, boala se trata, dar nu se vindeca. De exemplu, pompăm bani și alte resurse în măsuri antiinfracționale, reforme care să aducă bunăstarea și în programe de conștientizare a pericolului pe care îl reprezintă alcoolul și drogurile. Declarăm război infractorilor și traficanților de droguri. Și facem toate acestea fără ca măcar să ne punem o întrebare simplă: *Înainte de orice, de ce avem noi aceste probleme?*

Concluzia mea: amenințările și provocările își găsesc un teren propice în copiii noștri dintr-o singură cauză – *ne educăm copiii să se îndrepte spre exterior, și nu spre interior!* Cu alte cuvinte, îi învățăm să facă alegeri în viață pentru a obține aprobarea și acceptarea din partea celorlalți. Făcând asta, copiii noștri renunță la singurul dar care-i deosebește pe oameni de celelalte creaturi – puterea rațiunii!

Pe de altă parte, atunci când copiii sunt îndrumați spre interior, își folosesc puterea rațiunii ca pe o spadă pentru a străbate jungla influențelor din exterior: singuri analizează toate consecințele posibile ale alegerilor făcute de ei, bizuindu-se pe rațiunea lor ca pe un punct de control interior. Copiii direcționați spre interior iau o

hotărâre abia după o matură chibzuință, pentru a corespunde nevoilor alegerea făcută, și nu vor lăsa pe alții să gândească în locul lor. Acest raționament, acest dialog interior este fundamentul autonomiei copilului.

Trebuie să ne străduim să insuflăm copiilor această autonomie – cu cât mai devreme, cu atât mai bine.

### CELE CINCI ÎNSUȘIRI ESENȚIALE ALE COPILOR AUTONOMI

Odată ce copiii se obișnuiesc cu folosirea dialogului interior și se pot ghida dinăuntru, își creează două caracteristici: un puternic simț al sinelui și o puternică dorință de a fi un membru însemnat și esențial al grupului. Din aceste două caracteristici izvorăsc cinci însușiri care-i definesc drept ființe autonome.

#### 1. Respect și încredere în sine la cote ridicate

Copiii autonomi se simt bine în pielea lor, pentru că au învățat cum să se aprecieze într-un mod rațional, care-i face să stea pe picioarele lor, nu să se târască. Într-adevăr, rațiunea este un judecător imparțial, dar indulgent. Îi ajută să-și revină când sunt învinși, să vadă eșecul ca pe o ocazie de a învăța și să-și tolereze propriile slăbiciuni, fără să lase ca aceste slăbiciuni să le zguduie încrederea în sine. Întrucât acești copii nu reacționează automat la influențele din exterior, nu iau lucrurile personal sau de manieră defensivă. Pentru a atinge această perspectivă, ei sunt crescuți tot timpul într-un mediu plin de dragoste necondiționată și încuviințare atent distribuită.

#### 2. Competență (destoinicie)

Copiii competenți (destoinici) au priceperea de a înțelege și de a stăpâni elementele mediului înconjurător. Întrucât copiii autonomi nu percep eșecul ca pe ceva care să le diminueze sensul valorii, se simt în stare să facă față la noi încercări, forțându-și propriile limite intelectuale și psihice. Ei își asumă riscurile. Cu toate că vor fi și momente când se vor poticni, de-a lungul anilor ei vor achiziționa o impresionantă listă de realizări și priceperi. Vor deveni cât se poate

de conștienți de potențialul lor. Aceste reușite își vor aduce contribuția la întărirea aplombului lor și de aici la întărirea respectului de sine. Copiii autonomi sunt crescuți într-un mediu în care sunt încurajați să întreprindă noi acțiuni cutezătoare care să le probeze îndemnările, fără teamă de ridicol, critici sau de rușine în cazul unui eșec. Și nu sunt deloc feriți de propriile greșeli!

### 3. Independență

Odată ce copilul autonom devine competent, așadar, înzestrat, următorul pas este sentimentul independenței – iscusința de a se bizui pe hotărâri venite din interior. Judecata acestor copii îi ajută să devină gânditori independenți și să poată rezolva problemele apărute. De asemenea, îi ajută să se opună influențelor exterioare atunci când au de făcut alegeri. Incapacitatea de a rezista acestor influențe exterioare definește atributul unui individ inapt și dependent.

### 4. Caracter moral înalt

Din moment ce copiii autonomi sunt liberi să facă alegeri bazate pe motivații corecte – motivații care nu au nimic de-a face cu încuviințarea sau așteptările altora –, alegerile făcute de ei au tendința să servească propriul interes, și nu pe al altora. Și, din punct de vedere moral, este întotdeauna cel mai bine în interesul individului autonom să facă ceea ce trebuie făcut. De pildă, dacă Timmy găsește un plic cu bani în el la locul de joacă, în cazul în care este un copil autonom, el se va folosi de dialogul interior pentru a trage concluzia că, dacă va păstra banii, se va simți rău întrucât îi va crea neazuri proprietarului de drept. Alt exemplu: să presupunem că Kristina vede un grup de fete „populare“ bătându-și joc de gusturile prietenei ei într-ale modei. Va sări în apărarea prietenei ei, riscând să fie la rândul ei ridiculizată sau evitată pe viitor de „gașcă“? Sau o va șterge englezește, sperând să nu fie văzută? Sau, și mai rău, se va ralia corului de critici? Dacă este autonomă, va face alegerea care va onora principiile sale morale: va decide să vină în ajutorul prietenei sale. Simțul dreptății îi va spune că, dacă nu va proceda în acest fel, se va simți ca o trădătoare. Și își mai dă seama că, trădându-și prietena, ar pune în pericol prietenia lor – o consecință pe care nu o



dorește defel. Având un puternic simț al sinelui și al respectului față de sine, nu are nicidecum nevoie de aprobarea fetelor cu popularitate ca să se simtă bine cu prietena ei. Așa că decizia este ușoară. Făcând alegeri raționale, în concordanță cu principiile și valorile morale, copiii autonomi își îndreptățesc gradul înalt de autocontrol, autodisciplină și integritate.

### 5. Prețuire în cadrul grupului

Așa cum arată teoria comportamentului uman privind spiritul de turmă, suntem cu toții conduși de o dorință puternică de apartenență la un grup și de a avea un loc însemnat în interiorul acestuia, și chiar ne purtăm și gândim în acele feluri care să ducă la îndeplinirea acestei dorințe. Unii copii aleg să aparțină, supunându-se deplin celor hotărâte de grup. Ei aleg să cerșească apartenența, punând pe primul plan conformarea, și nu aportul lor. Acești copii sunt direcționați spre exterior – motivați de nevoia lor de a primi aprobarea grupului. Ei aleg să-și sacrifice propria identitate și s-o înlocuiască cu una modelată de influențele din afara lor, în speranța că vor fi acceptați de ceilalți. „Răsplata“ acestui mod de a crește copiii, și probabil și cel mai important motiv pentru care facem asta, este că sunt mai ușor de stăpânit dacă noi suntem cei la ale căror dorințe se conformează ei. Și este mult mai ușor să-i modelăm în ceea ce dorim noi să devină. Firește, din nefericire, acest lucru este valabil și pentru alte influențe exterioare pe care cu siguranță le vor primi, pe lângă cele ale noastre – de la cei de o vârstă cu ei sau din partea media, de pildă –, și acesta este și momentul când se deschide cutia Pandorei ce adăpostește coșmarurile creșterii copiilor.

Alți copii aleg să aparțină prin identificarea propriului rol sau aport în interiorul grupului – unul care are o semnificație pentru copil și stabilit de el, nu de grup. Aleg să-și câștige, nu să-și cerșească acceptarea din partea grupului. Acești copii sunt autonomi. Din moment ce nu au nevoie să aștepte ca grupul să gândească pentru ei și din moment ce nu consideră elementele de mediu ca fiind amenințătoare, ei se arată capabili să-și creeze roluri însemnate în grup. Nu trebuie să se supună, să se conformeze orbește sau să se retragă. Și, datorită înaltului lor nivel de competență, ei pot folosi oricare dintre sau toate numeroasele lor priceperi pentru a găsi un mod de a

contribui la consolidarea grupului și de a fi un membru însemnat al acestuia. Ajutând grupul, vor avea un simțământ de apartenență care, la rândul lui, le va întări încrederea în sine, respectul de sine și independența. Observați cum acest proces se amplifică prin el însuși?

Înzestrați cu un simțământ puternic al interesului și individualității, copiii autonomi pot pătrunde în orice grup. Ei nu trebuie să facă apel la supunere pentru a-și câștiga apartenența. Din moment ce nu trebuie să facă plăcere grupului prin renunțarea la propria demnitate, își pot alege în mod obiectiv grupurile, dar și priceperile și îndemănările despre care cred că vor contribui la bunăstarea grupului respectiv. De pildă, Sarah își poate folosi priceperea organizatorică pentru a pune bazele unei organizații de tineret care să ajute preparatorii să predea celor de aceeași vârstă cu ea cu dizabilități. În același fel își poate folosi această capacitate pentru rezolvarea conflictelor, pentru a menține înțelegerea între colegii sau între frații ei.

Dezavantajul cu copiii autonomi este că aceștia sunt adesea greu de manevrat, întrucât, la urma urmei, au propriile minți și propriile moduri de a se descurca în viață, iar uneori aceste moduri nu se potrivesc cu ale noastre. Dar, în realitate, treaba noastră este să-i ghidăm, nu să-i manevrăm. Și dacă te gândești puțin la această problemă, care cale crezi că servește mai bine scopului evoluției, din punct de vedere al finalității? S-ar descurca la fel de bine o echipă de fotbal, dacă toți jucătorii ar juca pe același post? Nu, firește că nu. Prin comparație, și un grup *trebuie* să aibă lideri, mediatori, simpaticizanți, vânători, hăitași, tămăduitori, inventatori, învățători și așa mai departe.

În calitate de părinți, noi ne putem folosi de acest instinct animalic de turmă pentru a-i *ghida* pe drumul spre câștigarea autonomiei. De altfel, copiii noștri vor în mod instinctiv să ne facă pe plac nouă, lupilor alfa. Vor să simtă că aparțin și că au ceva anume de oferit. Treaba noastră, cu ajutorul acestei cărți, este de a le arăta cum să facă asta ajutându-se de *propria* identitate interioară, și nu de influențele exterioare – să-și *câștige*, și nu să *cerșească* acceptarea de către grup, prin aportul lor, nu prin supunere.

Ați putea să întrebați: „Care va fi răsplata pentru cultivarea acestor calități, pentru a avea copii autonomi?” Convingerea mea este că, în cazul în care copiii vor posedea aceste cinci calități de bază, nu vor mai avea nevoie să caute surse exterioare pentru a obține

acceptarea. Cu cât mai puțin se vor baza pe influențele exterioare, cu atât mai puternice vor deveni aceste cinci calități și cu atât mai puțin vor avea nevoie de lumea exterioară pentru a-și modela sau forma identitatea. Este o spirală ascendentă și infinită spre întregirea personalității. La final, vor avea bagajul necesar ca să se descurce cu succes în viață. Sincer, ce am putea cere mai mult?

### IMPORTANȚA DIRECȚIONĂRII SPRE INTERIOR VERSUS CELEI SPRE EXTERIOR

Acum să învățăm ceva mai mult despre semnificația direcționării spre interior și spre exterior. Pentru o înțelegere cât mai deplină, haideți să ne întoarcem și să examinăm cum se dezvoltă conceptul de *sine* la copii încă de la naștere. În următoarele etape, veți vedea cum se maturizează procesul de judecare la copil, până la atingerea unui punct hotărâtor în care el sau ea alege, în grade variate, fie să abandoneze propria judecare, acceptând influențele exterioare, fie să se bazeze pe propria judecată pentru a selecta care dintre alegeri se apropie de sentimentul lor de bine și de rău. Prima este direcționarea spre exterior, iar cea de-a doua, direcționarea spre interior.

### Etapa nou-născutului

La naștere, copiii nu beneficiază de un sentiment al sinelui. Și cum ar putea, când vin pe această lume total neștiutori despre limitele și posibilitățile lor? La urma urmei, conceptul de *sine* nu se dezvoltă în vid. Copiii trebuie să aibă idei și experiențe pe care să le poată compara și opune celor ale altora din jurul lor pentru a înțelege *cine sunt ei*. Acesta este un pas esențial pentru ei, de a fi capabili să se autoaprecieze și autodefinească. În această etapă, prioritatea noastră numărul unu, ca părinte al lor (firește, pe lângă satisfacerea nevoilor fizice), este să le formăm un puternic sentiment de atașare. Dacă dorim ca ei să accepte ghidarea noastră pe drumul greu al descoperirii de sine de mai târziu, copiii noștri trebuie să simtă că sunt iubiți necondiționat și că noi vom fi întotdeauna alături de ei. Iubirea necondiționată este cheia în ajutorul dat copiilor pentru a simți că orice fel de „*sine*“ vor deveni, vor fi acceptați de noi cu toată dragostea.

## Etapa pruncului, a copilului care abia începe să meargă

În această etapă, copilul începe să interacționeze cu lumea exterioară. Va realiza foarte repede că, pentru fiecare acțiune, există și o reacție. Din această lege fundamentală a naturii, copiii încep să înțeleagă că există consecințe ale faptelor și acțiunilor lor. Atunci când Johnny aruncă supa de fasole pe podea, se aude „pleosc“, iar mămica se precipită, bombănind ceva ininteligibil, în vreme ce șterge supa de pe podea. Atunci când Rachel soarbe pentru prima oară dintr-un pahar, observă cum membrii familiei izbucnesc în urale, ca niște majorete, sărind în sus și-n jos și comportându-se în general ca niște țicniți sadea. După cum puteți vedea din aceste exemple, în această etapă realizările și eșecurile fizice ale copiilor noștri le modelează conceptul de sine – și numai în urma reacțiilor exterioare pe care le provoacă.

## Preșcolarul până la primele clase din școala primară

În această etapă, copiii sunt expuși pentru prima oară judecății și aprecierilor celorlalți. Nu doar că întâlnesc tot mai mulți oameni (cum ar fi învățători, colegi, prieteni și vecini), dar de asemenea încep să realizeze că nu toți îi vor iubi și-i vor accepta necondiționat. Mai mult, copiii la această vârstă sunt îndeajuns de mari pentru a-și etala o sumedenie de îndemânări care vor fi cercetate și probabil criticate de ceilalți – cât de iute se leagă la pantofi, cât de bine citesc, dacă pot lovi o minge cu putere și dacă recunosc că urmăresc filmele cu dinozaurul Barney. Această validare, sub forma aprobării condiționate, a criticii sau a laudei, joacă un rol important în modelarea unui concept mai abstract, direcționat spre exterior, al sinelui.

## Ultimele clase din ciclul primar

Ajunși în clasa a treia, copiii se bizuie deja foarte mult pe compararea judecăților proprii cu cele ale celorlalți. Ei se tem foarte mult de faptul că trăsăturile lor morale, viața lor socială, personalitatea, destoinicia școlară, înfățișarea fizică, însușirile sportive și altele sunt evaluate de cei din jur. *Aceasta este adesea cumpăna crucială din viața lor de la care se întemeiază sau se distruge respectul de sine – când copiii aleg între direcționarea spre interior și cea spre exterior*

drept punct de referință cognitiv pe care-l vor folosi pentru a trăi în societate. Vom reveni mai târziu asupra factorilor care influențează această alegere.

*Copiii autonomi acționează pe baza unui punct de verificare interior*, prin care analizează și evaluează toate influențele exterioare. Direcționarea spre interior îi face să se evalueze obiectiv pe sine – fără vreo juxtapunere emoțională, până la judecata finală. Date fiind consecințele posibile pe care le-au luat în considerare în interior, ei fac alegeri pentru că sunt convinși că aceste alegeri sunt bune pentru ei. Ei *răspund* vieții, și nu *reacționează* la ea. Acești copii se inspiră pe sine – sunt inspirați de produsul propriei lor judecăți.

*Ceilalți copii acționează pe baza unui punct de verificare exterior* și nu pot analiza influențele exterioare printr-un proces al rațiunii. Nevoia lor de aprobare și acceptare le influențează și le modelează alegerile. În cele din urmă, această „judecată prin procură“ îi ajută să-și creeze o mască socială – fațada care va deveni identitatea formată-la-ordin, bazată pe ceea ce consideră ei că vor ceilalți să fie. Din păcate, cu cât se bizuie mai mult pe această identitate falsă, cu atât mai puțin vor avea încredere în cea reală. Astfel, procesul se amplifică odată cu trecerea timpului.

Un alt dezavantaj al nefolosirii dialogului interior pentru a face propriile alegeri sau judecăți este că acei copii direcționați spre exterior nu vor învăța niciodată să-și dezvolte abilitatea de a dialoga cu sine și pe cea a autocontrolului. Fără aceste abilități, copiii nu se autoreglează și, prin urmare, au un autocontrol foarte slab. Acești copii *reacționează* la viață. Sunt *direcționați spre exterior*. În următoarele pagini vom vedea motivele pentru care copiii o iau pe un drum sau altul. Dar și mai important este că această carte va oferi soluții lucrative pentru a-i ajuta să-și schimbe drumul cu unul care duce spre o direcționare spre interior.

Citind paginile acestei cărți, v-ați putea trezi icnind de groază sau rupându-vă mâinile pentru că, asemenea mie, tocmai v-ați petrecut ultimii aproximativ zece ani educându-vă copiii către o direcționare spre exterior, crezând că ați făcut o treabă cât se poate de bună! Dar, înainte să intrați în panică, lăsați-mă să vă aplaud pentru că ați fost unii dintre acei rari și lăudabili tați și mămici cărora le pasă îndeajuns de mult de copiii lor pentru a se strădui fără osteneală să devină părinți cât mai buni. În al doilea rând, vă pot

asigura că, indiferent de cât timp ați fost pe lângă drum, odată ce vă veți însuși sfaturile din această carte, nu va trece mult până ce copiii voștri vor deveni direcționați spre interior. De fapt, să nu fiți surprinși dacă și voi veți deveni astfel! Am folosit într-o *anumită* măsură, timp de paisprezece ani, o educație a disciplinei supusă direcționării spre exterior, înainte să descopăr și să încep să practic tehnicile de creștere a copiilor către o direcționare spre interior, și foarte repede am constatat schimbări impresionante la copiii mei, dar și la mine. Veți deveni tot mai conștienți de deosebirea dintre direcționarea spre interior și cea spre exterior în comportamentul copiilor voștri, al vostru și al altor persoane. Această conștientizare va face ca metoda de educare a copiilor propusă să se autoconsolideze, devenind tot mai ușor de aplicat în timp.

Imaginați-vă, pentru o clipă, o lume a copiilor direcționați spre interior! Vom avea niște oameni care vor putea evalua propriile lor puteri individuale, ca să le prefacă în roluri pline de însemnătate, contribuind la dezvoltarea societății prin îndeplinirea acestor roluri, oameni care trăiesc conform propriilor considerente, și nu considerentelor celorlalți. Comparați această lume cu una direcționată spre exterior, în care oamenii se lasă manevrați asemenea unor marionete pentru a ocupa poziții cât mai bune în cadrul societății, călcând pe acest drum peste alții și peste principiile lor morale. Mai faceți un pas, și imaginați-vă că stă în puterea noastră, ca părinți, să decidem pe care drum dintre cele două va evolua omenirea! Cu câteva reglaje în tehnicile noastre de creștere a copiilor, putem crea o lume a direcționării spre interior. Nu spun că acest proces va fi floare la ureche, în niciun caz, căci, la urma urmei, umanitatea a fost supusă secole de-a rândul unui comportament direcționat spre exterior, sprijinit de indivizi, lideri și de societate ca întreg. Și cum această îndoctrinare include și modul în care am fost crescuți cu toții, avem o problemă din cale-afară de dificilă. Dar poate fi rezolvată! Haideți să analizăm uneltele care ne vor ajuta să răspundem acestei provocări valoroase: cele șapte strategii-cheie pentru a-ți învăța copiii să devină autonomi.