

NANCY S. BUCK

PARENTINGUL PAȘNIC

Traducere din limba engleză de Loredana Păstrăv

Prefață de Phillip Strain și William Glasser

CORINT

*Cu iubire și recunoștință,
această carte le este dedicată
acelora care m-au învățat cele mai bune lecții
despre semnificația și importanța familiei
și a parentingului:
părinții mei, Floyd și Marian Smith,
și copiii mei, Paul și David Buck.*

Cuvânt înainte

Parentingul pașnic este o carte de care avem disperată nevoie. Știrile de ultimă oră ne aduc mereu la cunoștință creșterea activităților autodistructive ale tinerilor, inclusiv faptele de neînțeles ale copiilor care împușcă alți copii. Ce se poate face pentru a opri acest flagel reprezentat de adolescenții scăpați de sub control? Două importante studii de cercetare indică faptul că îmbunătățirea și menținerea conexiunii copilului cu părinții săi și ajutorul dat părinților pentru a-și îmbunătăți abilitățile de a educa reprezintă un factor important în menținerea tinerilor pe calea cea bună, spre a deveni adulți responsabili și productivi.¹ Dr. Nancy Buck prezintă un proces clar și comprehensiv menit să-i ajute pe părinți să dezvolte și să mențină relația vitală necesară pentru un viitor sănătos al familiilor noastre și al națiunii în ansamblu. Am lucrat împreună cu Nancy peste 20 de ani. Ea și-a combinat experiența de profesor universitar în cadrul Institutului William Glasser cu experiența personală de mamă pentru a scrie această carte, în care abordează în special problema unui parenting eficient, domeniu în care se impunea apariția unei abordări inovatoare.

Cele mai importante două lucruri pe care le facem în viață și pentru care suntem puțin sau deloc pregătiți sunt căsătoria și creșterea copiilor. Când un părinte întâmpină dificultăți cu un

¹ „Protecting Adolescents from Harm”, *Journal of the American Medical Association (JAMA)*, 10 septembrie 1997.

copil, va face apel la comportamentul părinților săi repetându-l, deși conduita acestora nu a dat roade în trecut și are puține șanse ori niciuna să funcționeze cum trebuie în prezent. Nefericirea resimțită în familie este în mare parte rezultatul încercărilor unor părinți bine intenționați de a-i obliga pe copii să facă ceea ce nici ei înșiși nu fac. Fiind mereu în căutarea libertății, copiii se opun constant eforturilor întreprinse de părinți. Cartea de față îi învață pe părinți cum să-și iubească fiii și fiicele fără a-i ține sub un control strict. Folosind ideile din această carte, părinții vor învăța să dezvolte o relație autentică de iubire cu copilul lor, una care va dura toată viața. De asemenea, vor învăța cum să-i învețe, la rândul lor, pe copii să-și satisfacă nevoia de iubire fără să fie nevoiți să respecte condițiile impuse de altcineva pentru a obține această iubire.

În cartea de față, Nancy nu ne oferă propriu-zis o serie de recomandări de tipul „Așa da/Așa nu”, rareori potrivite cu situațiile pentru care par menite. În schimb, ea îți va expune teoria alegerii, care explică sursa comportamentului copilului, apoi te învață cum să adopți un comportament bazat pe teoria alegerii cu mari șanse de a da roade într-o situație concretă. Pe măsură ce aplici teoria alegerii, vei vedea nu numai de ce funcționează, ci și cum funcționează, astfel încât să o poți aplica în situații similare.

Cea mai mare preocupare a majorității părinților este viitorul copiilor: vor duce o viață fericită și de succes? La fel de importantă este și următoarea întrebare: vor dori să mai petrecem timp împreună când vor fi mari? Când copiii sunt fericiți și le place să petreacă timp cu părinții, aceștia din urmă sunt mulțumiți. Cea mai critică alegere pe care un părinte o poate face pe parcursul vieții copilului său este să nu ia nicio măsură pentru ca fiul sau fiica lui să ajungă un adult fericit, de succes și apropiat de părinți, temându-se să nu sporească distanța dintre copil și părinte. Unii părinți se pot întreba: „Trebuie să renunțăm la responsabilitatea noastră de părinți? Să-i lăsăm pe copii să facă orice doresc?” Nu vreau să susțin așa ceva. Deprinderea teoriei alegerii îi ajută pe

părinți să se înțeleagă pe sine, să-și înțeleagă mai bine copiii și să facă alegeri care vor menține legătura dintre părinte și copil pe măsură ce îl învață pe micuț cum să fie mai responsabil față de sine însuși.

Învățarea teoriei alegerii nu este dificilă. Dar punerea ei în practică este problematică deoarece în aproape toate cazurile ne învață ceva care pare să contrazică tot ceea ce ai învățat și ai practicat încă de când te-ai născut. Această „înțelepciune populară” este deficitară, eu o socotesc un locus de control extern, pe care vei învăța să-l înlocuiești cu teoria alegerii, mult mai eficace. Crezând că știm ce este bine pentru copiii noștri, cei mai mulți dintre noi îi recompensează și îi pedepsesc pe micuți pentru a-i determina să facă ceea ce adulții consideră că este corect. Putem continua să procedăm așa până când vom ajunge să ne distrugem relația cu copiii, fără a reuși niciodată să-i determinăm să acționeze așa cum ne dorim.

Nu uita că nucleul teoriei alegerii este că alegem tot ceea ce facem. Și începem să facem alegeri încă de la naștere, continuând așa toată viața. Relațiile pentru care există cea mai bună șansă de le a menține întreaga viață sunt acelea cu propria familie. Iar familia noastră ar fi mult mai unită decât este în prezent dacă am putea scăpa de nevoia de a ne impune controlul. În *Parentingul pașnic*, Nancy îi învață pe părinți cum să-și învingă impulsul natural de a ține totul sub control în încercarea de a-i furniza copilului deplina siguranță și cum să înlocuiască acest comportament cu o relație iubitoare și sănătoasă. Ne place sau nu, părinții nu au niciun control asupra a ceea ce aleg copiii atunci când sunt pe cont propriu. Drogurile, sexul, alcoolul, infracțiunile — toate rămân posibile opțiuni pentru orice copil. Singurul lucru care-i poate ține pe copii departe de asemenea comportamente distructive este relația lor cu părinții. Învățarea și folosirea teoriei alegerii ca bază a educației se dovedește mult mai eficientă atunci când este utilizată pentru a preveni problemele și pentru a le rezolva. Simplul fapt că ai înțeles că tu și copilul tău nu sunteți adversari îți

conferă abilitatea de a-i oferi sfaturi mai bune și sporește șansa ca el să țină cont de ele.

În prezent, majoritatea părinților și copiilor nu-și dau seama sau nu acceptă ideea că ceea ce fac este rezultatul unei alegeri. Până când nu încep să înțeleagă acest lucru, nici copilul și nici părintele nu își vor asuma responsabilitatea pentru comportamentul lor și, în cazul în care nu se înțeleg bine, vor da vina pe altcineva sau altceva. Citește această carte cu atenție și vei vedea în mod clar cum felul în care Nancy îi învață atât pe copil, cât și pe adult să-și asume responsabilitatea și să aleagă comportamente mai eficiente. Treptat, îndatorirea de părinte devine mai plăcută și mai eficientă. Și educarea devine mult mai pașnică.

Dr. PHILLIP STRAIN, specialist în psihologia educației, University of Colorado, Denver

WILLIAM GLASSER, M.D., președinte al Institutului William Glasser și autor al cărților *Choice Theory* (1998), *The Language of Choice Theory* (1999) și *Reality Therapy in Action* (2000), toate apărute la HarperCollins.

Prefață

Cine sunt eu să dau sfaturi?

În copilărie mă jucam adeseori cu păpușile. Așa că am început să practic parentingul prin învățare, iubind și disciplinând (prin bătaie și muștrări) fiecare păpușă. Îmi exersam aptitudinile de a îmbrăca pe cineva, pe care urma să le folosesc ulterior în calitate de părinte. Am adus pe lume și am îndrumat cu dragoste doi fii gemeni, ocupându-mă de ei încă de la naștere, apoi de-a lungul copilăriei până în adolescență, apropiindu-ne împreună de începutul vieții lor de tineri adulți. Desigur, unul dintre lucrurile pe care le-am descoperit pe parcurs, menținând o bună relație cu propriii mei părinți și socri, este că rolul de părinte nu se sfârșește niciodată. Însă relația se schimbă cu siguranță. La fel se întâmplă și cu influența și responsabilitatea. Fiecare fază a dezvoltării copilului, propria noastră dezvoltare, precum și viața părinților noștri aduc mereu noi provocări și noi recompense.

Nu pretind că aș reprezenta un exemplu de succes în relația cu copiii și că aș face parte dintr-o familie în care nu s-a ridicat niciodată tonul și în care nu s-au rostit nicicând cuvinte de ocară. Nu ar fi deloc o descriere onestă a vieții mele din ultimii ani. Cu toate acestea, pot spune sincer că, datorită ajutorului și sfaturilor primite de la mai mulți oameni, inclusiv de la cei doi înțelepți, inteligenți și maturi fii ai mei, căminul nostru a fost, în general, un loc liniștit și iubitor, în cadrul căruia am dezvoltat împreună

relații semnificative unii cu ceilalți. Am reușit să creăm legături în cadrul cărora ne-am putut împărtăși opiniile și ne-am ascultat unii pe ceilalți. În multe cazuri, sugestiile noastre au fost ascultate și implementate. Casa noastră este un loc în care toți deținem libertatea de alegere și avem un cuvânt de spus în stabilirea regulilor, înțelegerea acestora și modificarea normelor, precum și în conștientizarea a ceea ce se întâmplă atunci când încălcăm regulile. Am creat un loc unde râdem și învățăm împreună. Fiecare dintre noi poate trăi independent și separat (deși, financiar, eu și soțul meu ne-am descurca mai ușor și mai profitabil decât oricare dintre băieți, cel puțin în această etapă a vieții lor). Dar fiecare dintre noi alege deliberat să locuim împreună. Traiul împreună ne îmbunătățește foarte mult calitatea vieții.

Cum de suntem atât de norocoși? A fost doar noroc la mijloc? Cum de am ajuns să ne pricepem atât de bine la asta? Pentru că am fost inteligenți? Eu cred că atât norocul, cât și inteligența au jucat un anumit rol la început. Prin asta vreau să spun că și eu, și soțul meu am fost extrem de norocoși că ne-am născut din persoane care, la rândul lor, au fost niște părinți buni. Acest noroc ne-a învățat o mulțime de lucruri despre ce înseamnă să fii iubit și despre cum este să ai o relație de încredere. Când ne-am întâlnit și, în cele din urmă, am decis să ne căsătorim (după o relație de 6 ani începută în timpul facultății), ne-a luat mult timp să ne decidem dacă vrem sau nu să avem copii. Dacă da, ne întrebam când vom intra în acea fază a relației noastre. I-am urmărit pe prietenii noștri, pe frații și pe colegii noștri care au luat decizii în această privință. Am urmărit cele mai recente articole din publicații care prezentau educația parentală ca fiind o responsabilitate atât pentru femeie, cât și pentru bărbat. Încercam să-mi trăiesc viața ghidându-mă după principii feministe, în vogă la acea vreme. Una dintre implicațiile acestor principii era că femeile care alegeau să se dedice doar rolului de mamă rămâneau victime ale opresiunii masculine, spre deosebire de mamele care continuau să meargă și

la serviciu. Existau foarte multe opțiuni cu privire la când, cum și de ce să fac alegerea conștientă de a deveni părinte.

În plus, eram mistuită și de propriile temeri și conflicte interne, întrebându-mă dacă eram înzestrată pentru a fi un bun părinte. M-am întrebat și dacă dorința clar exprimată a soțului meu de a se implica pe deplin urma să devină realitate. Criza existențială prin care treceam m-a făcut să mă întreb în ce fel de lume urma să dau naștere unui copil. Poate că lumea era prea rea, coruptă și lacomă. Aduceam pe lume un copil doar ca să sufere și să fie rănit?

După cum îți poți da seama din descrierea de mai sus, mișcarea feministă se afla în plin avânt. Unele dintre opțiunile și grijile cu care mă confruntam se deosebeau considerabil de ale surorii mele mai mari, care este cu numai 5 ani mai în vârstă decât mine. Dar problemele, întrebările și răspunsurile cu care se confrunta societatea se aflau în plină în schimbare. Așa că am avut mult mai multe opțiuni, dar am simțit și o povară mai mare generată de responsabilitățile asociate cu alegerile făcute. Comparativ cu mama și cu soacra mea, opțiunile mele erau incredibil de numeroase. Având mai multe opțiuni, oamenii alegeau conștient să devină părinți. Apăruse o avalanșă de cărți și articole, precum și reviste și cursuri pentru a-i ajuta pe părinți să deprindă abilitățile parentale. Așadar, da, este adevărat că am fost cultivați și educați prin informare. Cu toate acestea, informațiile păreau adeseori mai degrabă inutile și chiar inhibante.

Fundamentele teoretice

În timpul studiilor de calificare în meseria de asistentă medicală, am citit o carte care mi-a influențat ulterior traiectoria profesională. Această carte, intitulată *Reality Therapy*, era scrisă de medicul psihiatru William Glasser și definea ceea ce eu consider că este un adevăr în privința oamenilor, și anume rolul jucat în

determinarea responsabilității și a fericirii proprii de alegerile și deciziile pe care le adoptăm. După absolvire, în timp ce lucram ca asistentă medicală în domeniul psihiatriei, am început să studiez intensiv cu ajutorul dr. Glasser. Am urmat studii masterale în consiliere și, în același timp, am studiat teoriile mai noi, cu totul inovatoare, ale dr. Glasser în legătură cu comportamentul uman. Teoria alegerii, așa cum a numit-o el, se bazează pe activitatea lui William Powers, fizician și inginer. Cartea lui Powers, *Behavior: The Control of Perception*, explică funcționarea creierului și comportamentul uman în termenii unui sistem de control. Studiind și lucrând cu Powers, Glasser a adăugat propriile idei și observații, dezvoltând în cele din urmă o teorie care explică motivația și comportamentul uman.

Îi sunt profund recunoscătoare lui William Glasser pentru tot ceea ce am învățat de la el și pentru dorința constantă de a înțelege mai bine ființele umane. Datorită muncii, studiilor, cărților și cursurilor sale, sunt în măsură să-mi înțeleg mai bine propria persoană. Am putut să împărtășesc aceste informații cu alți oameni. Cartea de față reprezintă o încercare de a aplica tot ceea ce am asimilat despre educația parentală și de a îmbunătăți, sper, și înțelegerea lucrului cu copiii.

În ultimii 20 de ani, pe lângă creșterea fiilor mei, am călătorit prin întreaga țară, inițiind și formând oameni în teoria alegerii. Am lucrat cu persoane dintr-o varietate de profesii: educatori, părinți, asistente medicale, asistenți sociali, medici, lideri de organizații nonprofit și nu numai, infirmieri, angajați ai caselor de copii, precum și asistenți maternali. Numitorul comun al acestor persoane este interesul pentru semenii lor și faptul că lucrează cu aceștia. Unii dintre ei se specializaseră în lucrul cu copiii. A explica, pornind de la teoria alegerii, și a-i învăța pe alții cum și de ce ființele umane au un anumit comportament mi-a adus numeroase satisfacții atât mie, cât și oamenilor cu care am lucrat. Pe parcurs, am beneficiat și de avantajul unei mai bune înțelegeri a

propriilor mei copii, a creșterii și dezvoltării lor și a muncii mele ca mamă în ghidarea și facilitarea dezvoltării lor.

Cartea de față se bazează pe teoria alegerii, o explicație a comportamentului uman. De asemenea, este și sinteza pe care pot s-o ofer asupra teoriei alegerii și asupra aplicării acesteia la educația parentală. După cum vei afla din carte, multe dintre exemple provin din felul în care am experimentat eu însămi comportamentul și iubirea față de copiii mei. Celelalte exemple mi-au fost împărtășite cu generozitate de alți părinți, din experiența lor, sau provin din cei 20 de ani de lucru cu profesioniști din Statele Unite, unora în calitatea lor de părinți, alteleori în calitate de experți.

Parentingul pașnic și teoria alegerii

În această carte am încercat să folosesc un limbaj familiar pentru majoritatea cititorilor, cu două excepții. „Lumea ideală” (sau „qualia”) este un construct teoretic de bază în teoria alegerii. Alți termeni comuni, cum ar fi „imagine ideală”, „aspirații” sau „dorințe”, sunt folosiți interșanjabil pentru a indica un același concept. Prin folosirea acestor cuvinte în ilustrarea teoriei lui Glasser vreau să evidențiez aspectul unic și importanța acestui construct. Qualia sau lumea ideală desemnează motivația tuturor comportamentelor noastre, de la naștere până la moarte. Folosesc, așadar, această terminologie nu pentru a-l impresiona pe cititor, ci pentru a sublinia importanța ideii expuse.

Un alt cuvânt legat teoria alegerii — a cărui utilizare îi poate părea stranie cititorului într-un astfel de context și în această formă — este „putere” folosit cu valoare lexicală de verb.¹ Din perspectiva teoriei alegerii, singurul lucru pe care o persoană îl poate face, de la naștere până la moarte, este să acționeze, iar fiecare acțiune are un scop. Glasser schimbă în verbe multe

¹ În sensul de „a se împuternici asupra”, „a deține controlul” (n. tr.).

substantive, cum ar fi „depresie”, atunci când discută și prezintă teoria alegerii. Astfel, „a se deprima” (comparativ cu „a fi deprimat”) este un verb pe care el l-ar utiliza pentru a indica alegerea comportamentală pe care oamenii pot s-o facă atunci când încearcă să-și schimbe percepția asupra lumii. Pentru Glasser, depresia nu este ceva care i se întâmplă unei persoane. Mai degrabă, „deprimarea” este alegerea comportamentală pe care unii oameni o adoptă pentru a încerca să schimbe lumea din jur pentru ca aceasta să semene mai bine cu lumea lor ideală, qualia.

În conformitate cu această idee și dorind să nu-l încurc pe cititor, am folosit și eu această soluție semantică numai atunci când folosesc termenul „putere”. „A se împuternici asupra”, „a împuternici” și „a-și manifesta puterea” sunt trei expresii pe care le folosesc în conformitate cu teoria alegerii, în special în Capitolul 2, unde explic „instrucțiunile interne”. Repet, intenția mea este de a-i oferi cititorului aroma conceptelor din teoria alegerii fără a încerca să mă dau mare cu întrebuițarea unor concepte abstracte. Desigur, există multe alte comportamente asociate cu exercitarea puterii: „agresiune”, „impunere”, „comandă”, „amenințare”, „pedepsire”, iată numai câțiva termeni familiari ce desemnează comportamente compatibile cu deținerea controlului asupra altei persoane. Am preferat să aleg o expresie prescurtată, care poate include toate comportamentele de acest fel. Nici unul dintre acești termeni nu poate fi folosit atunci când o persoană încearcă să-și exercite puterea asupra altei persoane. Dar intenția din spatele exercitării puterii este ca persoana respectivă să obțină ceea ce dorește de la celălalt, să-l controleze prin folosirea puterii asupra lui.

Această carte se bazează pe cunoștințele și literatura existente despre teoria alegerii. Contribuția mea constă în aplicarea extinsă a teoriei alegerii în practicile parentale, fenomen inexistent în prezent în literatura de specialitate despre teoria alegerii. Cu toate acestea, prezentarea unui model din psihologia dezvoltării bazat pe teoria alegerii îmi aparține în totalitate. În prezent, nu există niciun model de dezvoltare bazat pe psihologia teoriei alegerii.

Bazându-mă pe experiența personală și profesională și pe studiul noțiunilor existente în psihologia dezvoltării, precum și pe mai mult de 20 de ani de muncă și colaborare cu alți susținători ai teoriei alegerii, am încercat să introduc un model de educație bazat pe psihologia teoriei alegerii în literatura existentă despre psihologia dezvoltării. Așa cum am afirmat anterior, teoria alegerii se bazează pe studiile lui Glasser. Însă acest model de educație bazat pe teoria alegerii îmi aparține întru totul. Sunt răspunzătoare pentru orice deficiențe, generalizări nepermise, erori sau omisiuni ce reies din modelul pe care îl prezint.

Introducere

Născut cu instrucțiuni!

„Îndatorirea de părinte este cea mai dificilă din viața mea. Din nefericire, pentru îndatorirea asta nu am primit instrucțiuni! Desigur, n-am primit prea multe instrucțiuni nici pentru a procrea, dar, cu perseverență și patos, eu și soția mea ne-am dat seama ce avem de făcut. Cum de se așteaptă de la noi să creștem un copil «pentru a-l ajuta să devină un adult responsabil» fără nicio listă de instrucțiuni?”

John, participant la un workshop, Wyoming, 1993

Ce idee interesantă: copiii care să vină pe lume cu instrucțiuni de folosire! Cu siguranță că aceia dintre noi care sunt implicați în a-i îndruma pe copiii de orice vârstă să devină adulți se regăsesc în afirmația conform căreia creșterea copilului este cea mai grea îndatorire, dar și cea mai plină de satisfacții. Provocarea este imensă. Din păcate, odată cu nașterea unui copil nu primim și un set de instrucțiuni pentru creșterea și îngrijirea lui. Și totuși, mulți dintre noi au putut, în ciuda handicapului de părinte fără instrucțiuni, să-i crească, să-i educe și să-i ajute pe copii să se maturizeze, să devină adulți productivi, fericiți, sănătoși!

Scopul acestei cărți este să-i ajute pe părinți să învețe cum să-și educe copiii cu succes într-o manieră pașnică. Vom învăța împreună să descifrăm și să citim instrucțiunile cu care toți oamenii se nasc. De fapt, odată ce vom învăța aceste instrucțiuni, vom observa că ele sunt mai ușor de urmat decât acelea ale unora dintre

jucăriile primite în dar, pe care am încercat din greu să le asamblăm. Rezultatul învățării și al aplicării instrucțiunilor inerente, interne, va consta în sporirea armoniei în familie, cu avantaje pentru toți membrii ei.

Parentingul pașnic înseamnă lucrul cu copilul tău urmând instrucțiunile inerente cu care el s-a născut pentru a-l ajuta să învețe cum să devină o persoană de succes. Parentingul pașnic presupune ca părintele să învețe să-și urmeze propriile instrucțiuni. Ghidându-te după instrucțiunile proprii și după acelea ale copilului tău, vă puteți dezvolta și menține o relație mai armonioasă, de cooperare. Veți lucra împreună, fiecare ascultând și urmând propriile instrucțiuni interne, și vă puteți sprijini reciproc. Parentingul pașnic nu înseamnă că toate aspectele vieții tale vor fi lipsite de conflicte. Dar când vei înțelege aceste instrucțiuni interne, vei învăța cum să rezolvi posibilele conflicte cu o mai mare satisfacție pentru toți. Îți vei schimba relația, de la o luptă unul împotriva celuilalt la cooperare, astfel încât atât tu, cât și copilul tău să vă puteți respecta instrucțiunile interne reciproc și în armonie.

Aceste idei le sunt destinate părinților — biologici, vitregi sau adoptivi —, dar sunt valabile și pentru ceilalți adulți implicați în viața unui copil, inclusiv nași, mătuși, unchi, bunici, dar și profesori, care influențează la fel de mult viața unui copil.

Prezentare generală

Această carte nu este un ghid de tipul „Cum să...”. Am încercat mai degrabă să împărtășesc ideile generale din teoria alegerii așa cum se aplică ele în cazul părinților. Există situații în care abordez probleme parentale specifice. Însă cititorii vor simți probabil că unele dintre întrebările lor specifice vor rămâne astfel fără un răspuns. Sper ca prin prezentarea unei descrieri generale despre cum și de ce oamenii se comportă într-un anumit fel părinții să

poată să adapteze la situația lor ideile din teoria alegerii, ajutându-i să rezolve probleme punctuale și să răspundă la întrebări specifice.

Capitolele de la 1 la 4 introduc concepte de bază despre funcționarea creierului și a gândirii umane din perspectiva teoriei alegerii. Aceste capitole constituie fundamentul pentru toate secțiunile ulterioare. Capitolul 5, „Crearea unui mediu pașnic pentru explorare și descoperire”, subliniază modul general de aplicare al acestor concepte de bază. Capitolele 6 și 7 descriu psihologia dezvoltării umane, folosind teoria alegerii ca fundament.

Capitolul 8 descrie pe larg disciplinarea pașnică. Pentru mulți părinți, disciplina reprezintă un aspect crucial și uneori derutant. Chiar dacă simți nevoia de a citi imediat acest capitol pentru că te afli într-o situație dificilă cu copilul tău, îți recomand totuși cu tărie să citești mai întâi capitolele care îl precedă. Disciplinarea pașnică se bazează pe înțelegerea minții umane, așa cum este descrisă în teoria alegerii. Așadar, citirea selectivă a unui capitol scos din succesiunea firească poate duce la frustrare, confuzie și dezamăgire. Dacă încerci să aplici aceste idei imediat la propria situație personală fără a înțelege mai întâi baza, șansele de succes vor fi mult diminuate. A-i învăța pe copii autodisciplina reprezintă numai unul dintre numeroasele aspecte pe care le faci ca părinte; dacă faci doar acest lucru, vei eșua. Prin urmare, îți recomand să citești toate capitolele precedente pentru a-l înțelege mai bine pe al cincilea. Șansele de a obține succes din aplicarea acestor idei în relația cu propriii copii vor crește semnificativ.

Capitolele 9 și 10 dezvoltă ideea introdusă anterior, și anume că orice comportament are un scop. Aceste capitole abordează mai pe larg capcanele concrete în care cad uneori părinții în încercarea de a trăi și de a lucra în condiții optime cu copilul lor. Ultimul capitol cuprinde concluzii finale privind arta de a fi părinte, precum și evidențierea responsabilității adulților față de copii.