

JACQUES SALOMÉ (n. 1935) este psihosociolog, formator, scriitor și poet. S-a obținut licență în psihiatrie socială la École des Hautes Études en Sciences Sociales (Paris). Este fondatorul Centrului de formare în relații interumane „Le Regard fertile“ de la Roussillon-en-Provence și a predat vreme de cincisprezece ani la Université de Lille III.

Filiația sa teoretică se revendică din currențul psihologiei umaniste, inițiat de Carl Rogers. La începutul carierei în relațiile interumane s-a folosit de psihanaliză, mergând în direcția propusă de Milton Erickson, pentru care subconștiul este un rezervor de resurse, nu o componentă întunecată a psihicului. În primele sale cursuri de formare, Jacques Salomé a folosit tehnici corporale ca Rebirth, bioenergia sau mijloacele de expresie scenică precum psihodrama.

Aceste numeroase experiențe l-au condus în timp la elaborarea unei metode personale: ESPERE (Energie Specifică Pentru o Ecologie Relațională Esențială), un sistem teoretic și practic, constând în concepte și instrumente proprii. A format până în prezent peste 60 000 de asistenți sociali, medici, psihologi și consultanți. A ținut conferințe, cursuri de formare și are discipoli (moderatori în metoda ESPERE și formatori de moderatori) în Franța, Belgia, Canada, Elveția, Insulele Réunion. A semnat de-a lungul timpului cronică permanente în reviste de referință din presa franceză și canadiană.

A scris 70 de cărți și este coautor al unor lucrări de referință despre comunicare și cuplu, teoretician în cadrul Asociației pentru Comunicare Relațională prin Ascultare Activă. Cărțile sale au fost traduse în 27 de limbi, inclusiv în limba română.

Dintre cărțile semnate de el, la Curtea Veche Publishing au mai apărut: *Vorbește-mi... am atâtea să-ți spun; Un strop de eternitate; Ghid de supraviețuire în universul profesional; Cum să ne mărturism iubirea; Întâlniri cu femei-fântână; Dacă m-ăs asculta, m-ăs înțelege; Ce-ar fi dacă ne-am inventa propria viață?; Curajul de a fi tu însuți; Singurătatea în doi nu e pentru noi.*

În februarie 2014 a suferit un sever accident vascular cerebral, care i-a afectat centrul vorbirii. În prezent, la vîrstă de 83 de ani, se reface și întâmpină cu deschidere această nouă provocare din viață sa cu ajutorul soției lui, Valeria, încredințat de faptul că bolile sunt limbaje simbolice care ne ajută să strigăm și să tăinuim deopotrivă insuportabilul din noi și că suferința scoate la lumină posibilitățile nebănuite ale ființei.

Jacques Salomé

Mami, tati, mă auziți?

Pentru o mai bună înțelegere
a copilului

Ediția a V-a

Traducere din franceză de
CĂTĂLIN CONSTANTIN

Cuprins

<i>Introducere</i>	7
PARTEA ÎNTÂI	
Limbajele nonverbale la copii	9
I. Gestica	57
II. Transpunerea în act	77
III. Ritualurile	81
IV. Somatizările	87
V. Simbolizările	133
PARTEA A DOUA	
Schimburi-împărtășiri și comentarii	149
ANEXE	
Câteva povești bune de leac	217
Povestea fetiței-cangur care avea o mare supărare ascunsă	221
Povestea micii rânduinele care și-a închis frica într-un bob mare și negru	225
Povestea micii nevăstuici care-și punea mari întrebări	227

Povestea băiețelului care voia să devină mare, dar să-și păstreze ursulețul de ploș	231
Povestea puiului de pițigoi căruia îi fusese tare frică și care păstra în el o mânie cumplită	233
Povestea ieduței care avea totul pentru a fi fericită	237
Povestea florii necunoscute și a grădinarului ei	241
Povestea micului delfin și a prietenului său, ursulețul	243
Atunci când sunt trecute în cuvinte, sentimentele încep să vorbească (Dialog posibil și real între o bunică și nepoata ei)	245

Bună ziua,

Spun de fiecare dată și, de fiecare dată, cu tot mai multă dreptate* că, atunci când mă adresez unui grup mare, folosesc, fără să-mi dau și fără să vă dați seama, limbaje nonverbale. Nu se observă la prima vedere, totuși inima-mi bate să-mi spargă pieptul, cămașa mi s-a lipit de piele, iar vocea mi-e mai scăzută decât de obicei. Pentru mine e, într-adevăr, o încercare să vorbesc în public, obișnuit cum sunt să lucrez în intimitatea unor grupuri mici sau față în față cu suferința individuală. Am 53 de ani și, de ceva timp, a început să mă intereseze în mod special prima copilărie. Pe urmele lui Sigmund Freud, care, cu aproape un secol în urmă, a deschis calea, pe urmele lui Françoise Dolto și stimulat de cercetările sale, urmând multor alțor cercetători, descoperă în ce măsură lucrurile esențiale dintr-o viață sunt hotărâte în primii ei ani. Am convingerea profundă că

* Acest text introductiv este luat dintr-o conferință susținută în fața educatorilor la Geneva, 30 mai 1988.

sistemele noastre relationale, scenariile după care ni se desfășoară viața și poziția noastră existențială sunt configurate dincolo de limbajul verbal, fie înaintea apariției acestuia, fie pentru că acesta nu se va dovedi suficient pentru a traduce întâlnirea unei mogâldete de om cu viața.

Dacă bebelușii și copiii foarte mici nu dispun de prea multe cuvinte pentru a vorbi, ei au în schimb multe alte limbaje pentru a se dezvăluie pe sine. Aș vrea să vă vorbesc astăzi despre unele dintre aceste limbaje prin care bebelușul, copilul mic și mai târziu adultul încearcă să se dezvăluie, să se ascundă, încearcă să găsească un sens și, probabil, să existe.

Mai înainte de a-mi expune reflecțiile despre limbajele nonverbale ale copilului mic și de a susține ideea că „**toate comportamentele sunt limbaje**”*, aș vrea să prezint, în introducere, câteva ipoteze asupra originilor comunicării și să mă opresc asupra unora dintre ideile care au stat la baza convingerilor mele.

În cultura noastră, comunicarea e considerată un fapt natural, chiar spontan, ceva ce vine de la sine. Dezvoltarea motorie, intelectuală și afectivă însoțește și susține dezvoltarea exprimării și deci a comunicării. Vedem totuși în jurul nostru, în vecinătatea noastră, în noi, adeverăți infirmi ai relațiilor. Fiecare dintre noi descoperă într-o bună zi că handicapul lui cel mai frequent este tocmai acela de a nu ști să se pună în comun. Descoperă că, dincolo de o posibilă exprimare a unei idei, a unui sentiment, a unui fapt trăit, există numeroase obstacole în calea împărtășirii acestora, în

calea punerii lor în comun, pentru care este nevoie de o dublă mișcare, cea de a da și cea de a primi, de a expune și de a receptiona, de a spune și de a înțelege. De aici, necesitatea vitală de a învăța, de a reînvăța să comunicăm mai bine. În egală măsură, de a insista asupra responsabilității ce îi revine fiecărui dintre noi de a îmbunătăți **calitatea** comunicării pe care vrem să o stabilim cu celălalt. De aici nevoia de a sublinia iar și iar cât de inutil și de steril mi se pare să-l acuzăm pe celălalt, pe ceilalți, ori lumea întreagă sau, mai mult, să ne autodescalificăm, să ne acuzăm că suntem incapabili sau răi atunci când nu suntem mulțumiți de relațiile în care trăim. De aici nevoia de a ieși din această dublă capcană atât de frecventă, care înseamnă să-i acuzăm pe alții sau pe noi însine, pentru a încerca în schimb să ne definim, să ne poziționăm, adică să afirmăm cuvântul nostru ca fiind diferit (și nu opus sau contrar) față de al altuia.

Suntem ființe ale legăturilor. În acest cuvânt, „legături”, există cuvântul „a lega”. Sunt în legătură când mă văd identificat, alăturat și recunoscut ca diferit de celălalt. Această rădăcină este prezentă și în cuvântul „religie”, *religare* = a lega din nou. În sensul în care suntem legați de ceva mai mare, mai important decât noi însine, de univers, de cosmos, de energia vitală, de Dumnezeu, dacă aceasta este credința noastră intimă. Ajungem prea des la vîrstă adultă având o istorie personală „uitată”*, fragmentată. Această istorie divizată

* Vezi Sylvie Galland, Jacques Salomé, *Les mémoires de l'oubli*, Éd. Jouvence.

ne va face să intrăm în legătură cu celălalt... fără să ne cunoaștem deloc pe noi însine.

La originile oricărei relații:

- se află dorințele sau reținerile care guvernează procrearea,
- se află deja schimburile simbiotice ale gestației și multiplele implicații ale unei desprinderi numite naștere.

Pentru noi, toți foști copii care au trăit-o, aș vrea să amintesc această situație.

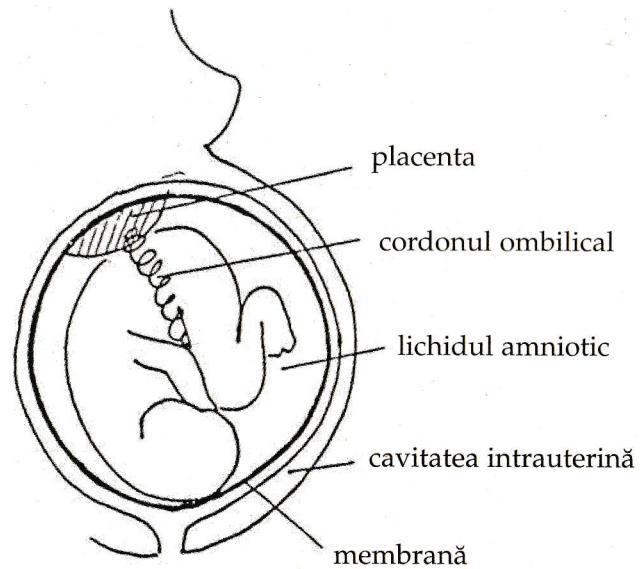
Pentru aceasta, vă trimit la desenele A și B de la paginile următoare. Cel al pântecelui unei femei purtând un embrion, un fetus, un bebeluș, urmând diferitele stadii ale gestației.

În pântecele în care, de obicei, stă timp de nouă luni, el este legat de mama sa și, prin intermediul acesteia, de mediul imediat înconjurător, primitoar, ostil, ori stresant. Aici e deja în poziție de decolare, gata să iasă pentru a-și începe călătoria în viață.

Între altele, bebelușul acesta este format din cinci părți distincte, absolut indisociabile, în așa fel încât, dacă una dintre părți este afectată, e amenințat tot întregul.

Vă reamintesc care sunt aceste cinci elemente, pentru că sunt convins că ele reprezintă ceea ce fiecare dintre noi încearcă să regăsească de-a lungul întregii vieți relationale extrauterine, până în ultima clipă a existenței.

1. embrionul, fetusul sau bebelușul
2. cordonul ombilical

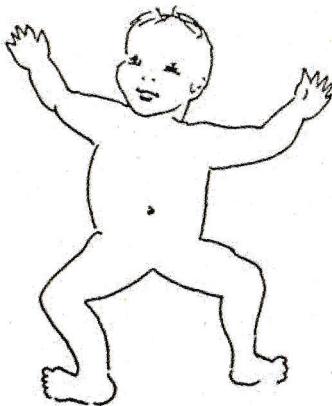


Desenul A

3. placenta
4. lichidul amniotic
5. membrana, care îmbracă totul

Aceste cinci elemente formează un tot care s-a dezvoltat în cavitatea uterină în simbioză, într-un acord relativ cu mediul intern.

Iar nouă luni mai târziu, iată-l, sunteți dumneavoastră sau sunt eu, după aventura uimitoare a nașterii. Dincolo de faptul că a fost părăsit un univers închis, lichid, protejat, în favoarea unui univers infinit, mai mult sau mai puțin primitoar, nașterea a însemnat separare și dezmembrare, căci au fost pierdute definitiv patru din cele cinci părți care îl alcătuiau.



Desenul B

Există atâtă frumusețe în fiecare început.

R. M. RILKE

- A pierdut placenta, aruncată (sau vândută, în țările considerate civilizate, laboratoarelor de produse cosmetice).
- Cordonul ombilical e și el aruncat, iar această practică mă face să reacționez violent*.
- Lichidul amniotic se pierde, fără a i se acorda nici cea mai mică atenție, fiind șters cu buretele de curățat în sala de nașteri.
- Membrana are aceeași soartă.

Toate aceste elemente, care ne-au format, care ne-au însoțit timp de nouă luni sunt neglijate, pierdute, uitate

* În unele culturi primitive, placenta și cordonul ombilical sunt obiectul unei atenții deosebite. Sunt păstrate și integrate unor credințe, fac „parte” din viața relațională viitoare a copilului și a adulților. Prelungesc copilul, legându-l la viața simbolică a clanului, a tribului.

în sălile de nașteri moderne. Regret lucrul acesta și aş vrea să protestez, să invit la modificarea lor.

Convingerea mea profundă este aceea că, de fapt, fiecare dintre noi va încerca cu îndârjire, uneori cu disperare, de-a lungul întregii sale vieți, până în ultimele clipe, să regăsească echivalentul simbolic al acestor patru părți pierdute la naștere, prin relațiile pe care încearcă să le lege cu ceilalți.

Și astfel, în unele relații vom căuta aspectul nutritiv, de subzistență al legăturii, *echivalentul placentei*. Așa că, dacă cineva vă privește cu ochi îndrăgostiți... fiți foarte atenți, s-ar putea să vă perceapă ca pe o placentă!

Se spune, de altfel, în limbaj popular: „Mă înghite, mă mănâncă de viu, se ține scai de mine.” Așa vorbesc adulții despre partenerul de viață sau despre copiii lor. Copiii spun despre adulții din jurul lor: „Mă sufocă...”

În aceste relații vom căuta cu multă forță, cu multă convingere, uneori plini de confuzie sau de violență, echivalentul simbolic al aspectului nutritiv, hrănitor al placentei.

În alte relații vom căuta *echivalentul cordonului*, care ne va da sentimentul că suntem legați. Tocmai de aceea nu subscriz mitului reprezentat de credința că noi „tăiem cordonul” la naștere sau în alte momente ale existenței noastre. Poate că nu-l vom tăia niciodată, rămânând legați (ceea ce nu înseamnă lipiți) de persoanele semnificative din istoria noastră personală. Singurul lucru la care am putea spera este să interiorizăm semnificații diferenții. Dacă la începutul vieții lăsăm să treacă în interior lapte, dragoste, mai apoi vom interioriza o privire diferită, stimuli, confirmări, încurajări,

amenințări, temeri etc. Prin acest „cordon”, legătură puternică și fragilă în același timp, care ne leagă, ne lipesc, ne reține sau ne sufocă, vom lăsa să circule toată seva fertilă a schimburilor vitale condiției noastre de bărbat sau de femeie.

În alte relații, vom căuta *echivalentul simbolic al lichidului amniotic*, care, după mine, reprezintă aspectul creativ al relației. Este stimulul mulțumită căruia în anumite relații ne vom deschide, ne vom revela, vom dori să creștem, vom dori să dezvoltăm resurse pe care le ignoram, vom dori să lăsăm să iasă la iveală tot ce e mai bun în noi însine.

În relațiile din prima copilărie, în creșe, în cămine și grădinițe, dacă trei sau patru persoane se ocupă de același copil, vom observa foarte repede că una dintre acestea devine mai însemnată pentru el. Și tocmai prin intermediul acestei persoane copilul dorește să se dezvăluie, să dăruiască ce are mai bun în el, să se deschidă în fața totalității immense a posibilităților sale.

Mai târziu, în relația de dragoste, care adesea e o relație foarte stimulativă, poate că vom descoperi și vom avea acces la aspecte ale noastre pe care altfel le-am ignorat: avem chef să scriem poeme, să urcăm pe Himalaya, să facem lucruri minunate. De altfel, știți bine, când suntem îndrăgostiți, păşim adesea la jumătate de metru deasupra pământului, ni se declanșează creativitatea, suntem uimiți de propriile posibilități.

Când un copil sau un adult se simte confirmat, recunoscut, în el se dezvoltă o infinitate de lucruri noi, dincolo de competențele obișnuite. Și întotdeauna vom

dori să ne potențăm resursele prin intermediul cuiva însemnat pentru noi.

În alte relații vom căuta *membrana*, care pentru mine reprezintă echivalentul simbolic al locului nostru în lume. Fiecare dintre noi simte nevoia să fie recunoscut, să aibă un loc identificat, să nu fie tot timpul forțat să lupte pentru a-l păstra sau să fie ispiti să-l acapareze pe al celuilalt. Pentru a exista, nevoia noastră esențială de căldură, de afecțiune, trebuie să fie recunoscută, înțeleasă, satisfăcută. Nevoia de a fi recunoscut prevalează uneori chiar asupra necesității supraviețuirii.

Căci există o diferență între a trăi și a exista. Poate că putem trăi singuri, dar, pentru a exista, e nevoie de cel puțin doi oameni. Avem nevoie de relația cu celălalt. Suntem toți ființe relationale, iar legăturile ne lipsesc și ni le dorim în egală măsură.

Astfel, născându-ne, venind în lumea aparențelor, pierdem aceste patru elemente, o inevitabilă realitate fiziologică. Dar regret că în sălile de naștere moderne nu mai există loc pentru aceste elemente. „Sunt tatăl a cinci copii și am descoperit lucrul acesta foarte târziu. În cazul ultimei mele fetițe, am păstrat de la naștere, într-un mic flacon, puțin lichid amniotic. Am plantat un copac în cinstea nașterii ei și l-am udat cu acesta. E un eucalipt, crește în grădina bunicii ei și vă asigur că acest copac e foarte important pentru fetiță. Îi dă sentimentul că are rădăcini, că are un loc unde va fi recunoscută, orice s-ar întâmpla, orice ar face. Aceasta îi poate da siguranța că nu trebuie să reușească tot timpul la școală pentru a fi iubită, sau că trebuie să fie ca unul

sau ca altul, căci acolo ea va fi recunoscută necondiționat pentru ceea ce este.”

Mi-aș dori să putem regăsi în cultura cotidiană a relațiilor noastre aceste aspecte simbolice uitate și pierdute ale legăturii. Căci lipsa lor se află la originea multor suferințe*.

Și dacă ne-am gândi serios la nevoile copilului?

Când le pun întrebări părinților sau adulților aflați alături de copiii mici, constată cu surprindere că puțini dintre ei cunosc care sunt nevoile vitale ale unui copil.

„Are nevoie de atenție.”

„Are nevoie să-i stabilești anumite limite.”

„Are nevoie de părintii lui, de amândoi, acolo, lângă el.”

Iată câteva dintre răspunsurile care marchează desul de vag înțelegerea responsabilităților față de un copil.

Reprezentând și completând piramida lui Abraham Maslow, observăm că ar fi posibilă o mai bună delimitare a nevoilor, în aşa fel încât acestea să nu fie confundate cu dorințe și cereri.

1. *Nevoia de supraviețuire* (mâncarea, băutura, somnul, eliminarea reziduurilor, respirația).

* Nu vom dezvolta aici convingerea potrivit căreia medicina și chirurgia modernă ar trebui să regăsească aceste noțiuni dincolo de reușita tehnică, pentru a vindeca în adevăratul sens, și nu doar pentru a îngrijii.

2. *Nevoia de siguranță* (să fie protejat, recunoscut, iubit, să poată iubi și mai ales să poată fi înțeles, să se poată exprima și să fie ascultat cu adevărat).
3. *Nevoia de socializare și de a apartine unei familii, unui mediu, unei etnii, unui ansamblu de credințe (religia...).*
4. *Nevoia de recunoaștere și de participare* (să fie implicat, să coopereze, să facă singur, creativitatea).
5. *Nevoia de diferențiere*: „Sunt unic și tot ceea ce simt îmi aparține.”
6. *Nevoia de a evoluă*: „Ceea ce e bun pentru mine la un moment dat poate să se dovedească mai apoi insuficient.” Această nevoie e o completare a celei de diferențiere. Nevoile mele nu sunt opuse nici măcar atunci când par contradictorii. E un aspect sensibil mai ales după fiecare criză a dezvoltării. În adolescentă, de exemplu: există în aceeași măsură nevoia de autonomie și de independentă, nevoia de proximitate și de îngrijire.
7. *Nevoia de actualizare, de individualizare*: „Trăiesc în plin prezent, chiar dacă sunt detașat de trecutul meu și neliniștit pentru viitor.” Copiii sunt îngroziti de „răspunsurile la conservă”, cele valabile pentru oricine, care-i închid în uniformitate.
8. *Nevoia de armonizare, de reîntregire*: „Dincolo de conflictele mele, de contradicțiile mele, de rezistențele mele, trebuie să fiu în acord cu diferitele mele părți, trebuie să mă simt întreg. Împotriva riscurilor de divizare, de spulberare, simt nevoia unei axe centrale.”