

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
BARBAS, STÉPHANE

Mici probleme și mari întrebări, de la A la Z : răspunsurile unui
pedopsihiatru / Stéphane Barbas ; trad.: Sergiu Ciocoiu. -

Iași : Gama, 2018

ISBN 978-973-149-722-8

I. Ciocoiu, Sergiu (trad.)

159.9

© 2012, Éditions Nathan - Paris, Franța

Titlu original: *Petits problèmes et grandes questions de A à Z*

© Editura Gama, toate drepturile rezervate pentru prezenta
traducere

Această carte este protejată prin copyright. Reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea prin
orice mijloace și prin orice formă, punerea la dispoziția publică, inclusiv pe internet, în scop comercial
sau gratuit, precum și alte fapte similare săvârșite fără permisiunea scrisă a deținătorului drepturilor de
autor constituie încălcări ale legislației referitoare la protecția proprietății intelectuale și se pedepsesc
în conformitate cu legile în vigoare.

Editor: Diana Mocanu

Traducere: Sergiu Ciocoiu

Redactor: Diana Soare

Corector: Simona Dimitriu

Tehnoredactor: Alexandra Popovici

0-7 ani Mici probleme și mari întrebări de la A la Z

Răspunsurile unui pedopsihiatru

Dr. Stéphane Barbas

Îți mulțumesc soției mele, Chantal, pentru sprijinul activ acordat pe tot parcursul scrierii acestei cărți, pentru observațiile critice și sfaturile practice. Experiența ei de mamă și bunică, dar și pertința analizei, dată de faptul că a lucrat multă vreme în domeniul pedopsihiatriei ca asistentă medicală, mi-au fost extrem de prețioase și o fac o adevărată coautoare.

Cuvintele urmate de asterisc corespund unor teme tratate pe larg în cadrul lucrării.

cuprins

a

Adopție, 9
Agitație / Instabilitate, 12
Agresivitate, 15
Alăptare, 20
Alimentație / Apetit, 22
Animal de companie, 26
Ațașament, 29
Autism, 33
Autonomie, 33
Autoritate, 37

b

Bălbăială, 42
Boală, 45
Boală a cuiua apropiat, 50
Bullyng, 53
Bunici, 56

c

Cărți, povești și basme, 61
Complexul Œdip, 64
Conflicte, 68
Copil diferit / Autism, 73
Copil precoce, 76
Copil singur la părinți, 81
Coșmaruri și pavor nocturn, 84
Cuvinte urâte, 86

d

Depresie, 90
Desen, 96
Despărțirea părinților, 101
Dezvoltare psihomotorie, 106
Dificultăți școlare, 110
Doliu, 110

e

Evaluarea de la 4 ani, 114

f

Familia recompusă, 116

Frați și surori, 121

Frici / Fobii, 129

Furie, 135

Furt, 138

g

Gelozie, 143

Gemeni, 143

Grădiniță (intrarea la), 147

h

Hiperactivitate, 153

i

Identitatea sexuală, 160

Imaginație / Realitate, 167

î

Îngrijirea copilului, 173

Înțarcare, 176

Învățare timpurie și joc, 177

j

Joacă, 181

l

Limbaj, 190

Logoped, 197

m

Masturbare, 202

Mers, 206

Minciuni, 206

Moarte, 209

n

Nașterea unui frate sau a unei surori, 213

o

Obiect de atașament, 220

Oliță, 222

Opoziție, 229

p

Palma la fund, 233

Părinte singur, 237

Pedeapsă, 240

Pedopsihiatru / Psihoterapeut /
Psiholog, 244

Politețe, 251

Prieteni, 253

Protejarea copilului (și cum să se
apere singur), 257

s

Sexualitate, 262

Somn, 267

Spasmul hohotului de plâns, 274

Spitalizare, 276

Sprijin educativ și mediere
familială, 282

Stimă de sine / Încredere în sine, 283

Suzetă, 289

ș

Școală / Adaptări școlare, 293

t

Tantrumuri, 298

Televizor și jocuri video, 301

Ticuri, 304

Tulburări de învățare (dislexia,
disortografia), 307

Tulburări de limbaj, 312

v

Violență, 317



Adopție

Când să discutăm despre adopție?

Situațiile de adopție sunt, desigur, foarte diferite de la o familie la alta, ținând de trecutul, viața și vârsta copilului. Atunci când acesta este adus în noul său cămin, sunt părinți care se tem ca nu cumva copilul să nu vrea să afle de unde vine. Este însă o întrebare pe care cei mai mulți dintre copii, adoptați sau nu, și-o pun încă din faza oedipiană și este esențial să le răspundem.

Educația unui copil adoptat nu este diferită de cea a oricărui alt copil. Totuși, anumite reacții pot să nu fie la fel de spontane, din cauză că uneori vă simțiți un „parazit” în istoria personală a copilului.

Este imperativ să nu îți ascundem adopția, deoarece păstrarea secretului îți va face rău și îți va provoca suferință. Dumneavoastră, părinților, vă revine sarcina de a-i explica copilului povestea vieții sale – și, dacă e cazul, să o împărtășiți fraților săi.

- Momentul ales pentru a face acest lucru ține de intuiția dumneavoastră, de gradul de maturizare a copilului și de întrebările pe care el le pune.
- Înainte de a discuta situația lui, spuneți-i poveștile altor copii adoptați. Citiți-i o carte legată de acest subiect și faceți legătura cu povestea lui.

Înainte de 4 ani, copilul s-ar putea să nu-și înțeleagă prea bine situația, dar asta nu înseamnă că trebuie să așteptați prea mult până să abordați subiectul.

- Întrebați-vă ce anume vă face să fiți reticent: poate credeți că nu o să se împace cu ideea, poate vă temeți că nu o să vă mai iubească.
- Prezentarea adevărului este necesară atât pentru el, cât și pentru dumneavoastră, cu atât mai mult cu cât este posibil ca el să bănuiască faptul că i se ascunde ceva. Dacă-i vorbiți limpede despre situația sa, îi confirmați lucrurile care îl apăsau (mai mult sau mai puțin) și îi spulberați confuzia.

E mai bine să nu așteptăm criza oedipiană (vezi „Complexul lui (Edip) de la 5 ani, moment în care orice copil își pune întrebări legate de familia sa.

Perioada oedipiană va oferi ocazia de a-i reaminti că este interzis să te măriți cu tata sau să te însori cu mama,

fenomen care stă la baza oricărei filiații. Răspunsurile pe care trebuie să le dăm copiilor adoptați nu diferă de cele oferite tuturor copiilor la această vârstă.

Vă întreabă de unde vin bebelușii.

Este o întrebare firească și poate reprezenta prilejul pentru a-i oferi explicații despre filiația biologică și cea afectivă.

- Atunci când pune o astfel de întrebare, copilul vrea un răspuns la curiozitatea sa naturală, dar și la nedumerirea lui personală: „de unde vin eu?”. El așteaptă să-i vorbiți despre dorința dumneavoastră de a fi părinți. Iar dorința de a fi părinte este aceeași, chiar și pentru un copil adoptat.
- **Povestirile pentru copii, basmele, cărțile adaptate pentru fiecare vârstă vă pot ajuta să găsiți răspunsul pentru anumite întrebări.** Aceste cărți sunt mai folositoare părinților decât copiilor, pentru că nimic nu poate înlocui cuvintele rostite de părinți.

Vrea să știe de unde vine.

Vă întrebați dacă nu cumva copilul va vrea să-și regăsească într-o bună zi familia naturală și ezitați să-i vorbiți despre asta, de teamă să nu-i stârniți o asemenea dorință.

- Când copilul este încă mic, nu vă gândiți că lucrurile se vor petrece într-un anume fel, ci dați-i întotdeauna răspunsuri simple și reale.
- La vârsta școlară, întrebările care țin de originea sa și cele care privesc sexualitatea se transformă în dorință de a învăța. Fără îndoială, el va fi realizat deja faptul că nu vă seamănă și, eventual, își va fi dat seama că s-a născut într-o

țară străină. **Profitați de acest prilej ca să-i vorbiți despre acea țară, despre limba și cultura de acolo.**

Întrebarea legată de originea lui ar putea fi astfel, sublimată, adică deviată de la scopul său inițial spre o curiozitate mai degrabă intelectuală.

Își inventează o familie.

Orice copil poate să născocască o „poveste de familie”, nu este ceva propriu doar celor adoptați. Într-un astfel de scenariu, spre exemplu, își poate închipui că este fiul unui prinț și că a fost crescut de niște răufăcători. S-ar mai putea să creadă și că i s-a ascuns o parte din adevăr. **Iată de ce sunt necesare răspunsuri clare, izvorâte din realitate.**

Trebuie să știm totuși că aceste răspunsuri nu îl împiedică pe copil, oricare ar fi originea sa, să-și facă o reprezentare imaginară asupra filiației sale.

Agitație / Instabilitate

Este agitat, nu stă locului.

Copilul agitat, instabil, excitat... provoacă în ultimii ani cercetări și dezbateri aprinse. În prezent, există tendința de a încadra parcă prea repede un asemenea comportament în categoria patologicului (vezi „Hiperactivitate”). Or, agitația nu se traduce numaidecât printr-o tulburare patologică. Există, bineînțeles, probleme recurente de comportament ce trebuie analizate, dar numai în măsura în care instabilitatea este notabilă, incontrollabilă, însoțită de agresivitate și dacă se întinde pe o durată mai mare de timp.

Adeseori, este vorba despre un simptom reacțional: copilul ia astfel atitudine față de o problemă familială? Comportamentul lui este cumva manifestarea unei depresii ascunse? În fapt, depresia la copii se exprimă frecvent prin agitație: pentru a lupta împotriva tristeții care-l copleșește, copilul are nevoie să se miște.

Totodată, agitația mai poate fi și o trăsătură de personalitate: unii copii pot fi mai neastâmpărați decât alții.

Aspecte de luat în considerare.

Când copilul are un temperament activ pe care și-l manifestă în anumite momente – în curtea școlii, în recreație, de exemplu –, dar nu perturbă desfășurarea orelor și nu afectează procesul de învățare, atunci nu trebuie să ne alarmăm. Dacă reușește să se stăpânească în clasă, probabil că va deveni mai agitat acasă.

- **Orice copil are nevoie de mișcare.** Perioadele de concentrare pe care i le solicităm copilului trebuie să fie de scurtă durată și să țină cont de vârsta lui.
- **Alternați diferite tipuri de activități:** unele fizice, în timpul cărora să-și consume energia, și altele mai calme, care să-i stimuleze concentrarea.
- **Fiți atent la calitatea somnului:** orice copil care este obosit tinde să fie instabil.
- **Este agitația lui o consecință a vieții de familie?** Dacă da, atunci gândiți-vă cum să detensionați climatul familial. În mod cert, nu va fi ușor, deoarece copilul însuși, prin comportamentul pe care îl are, este un factor de stres în

familie. Aceasta este una din marile probleme ale agitației: este agravată de reacțiile pe care le provoacă și tinde să se autoîntrețină.

Aveți impresia că agitația copilului vă este destinată.

Este modul său de a vă atrage atenția, deoarece vă simte, probabil, mai puțin disponibil.

- Este foarte important să nu îi răspundeți printr-o atitudine punitivă fără să încercați să-l înțelegeți.
- Gândiți-vă ce ați putea schimba sau relaxa în privința educației pe care o primește.
- Petreceți timp împreună, încercând să descifrați ce vă transmite și să-i formulați clar cererea, cu o atitudine calmă și valorizantă.
- Propuneți-i o activitate calmă și interesantă, numai pentru el. Un timp petrecut „la sol”, după cum spune pedopsihiatru Stanley Greenspan, în care toată lumea se așază pe jos.
- Stabiliți-vă momente – nu neapărat îndelungate, dar regulate – în care să fiți cu adevărat la dispoziția copilului. Această soluție îi va permite să-și transforme agitația, care nu urmărea decât să vă atragă atenția, într-o solicitare reală.

Însă toate aceste sfaturi nu sunt întotdeauna suficiente pentru a ajuta un copil agitat.

- **Copilul suferă la fel de mult ca dumneavoastră**, chiar dacă aveți impresia că nu este așa și că este singurul responsabil de situația creată. În realitate, copilul este deseori prizonier al propriului comportament.

- **Este inutil și chiar dăunător să sporim pedepsele.** Decât să sfârșească prin a vă urî sau să-l îngrozească momentele petrecute împreună, mai bine cereți sfatul unui specialist.
- Oricum ar fi, consultația unui specialist vă va ajuta să ieșiți din spirala infernală în care dumneavoastră și copilul sunteți prinși.

► **Vezi și „Hiperactivitate”.**

Agresivitate

Agresivitatea este un mod de reacție normal pentru un copil și se manifestă în diferite forme.

Încă de la primele legături care se creează între mamă și copil, anumite comportamente orale ale bebelușului pot fi percepute drept agresive: mușcatul sânelui, refuzul biberonului, regurgitarea...

În stadiul anal, pulsunile agresive se pot exprima prin comportamente sadice față de animalele mici.

Spre 2-3 ani, agresivitatea se manifestă prin accese de furie și crize de opoziție față de părinți.

- Comportamentele distructive sunt frecvente: ele se manifestă mai întâi pentru a experimenta, apoi, într-un mod mai deliberat, atunci când copilul începe să-și interiorizeze lucrurile interzise.
- Pe măsură ce crește, agresivitatea și distructivitatea sunt limitate la momentele de furie.

- În general, agresivitatea este mai frecventă în timpul conflictelor, mai ales al celor izbucnite între frați.

- În forma ei pozitivă, este un mod de a testa soliditatea legăturilor de dragoste.

De la 4-5 ani, agresivitatea se exprimă mai ales în relația cu ceilalți copii. Atunci când un copil se integrează într-un grup, va trebui să-și apere poziția și să-și delimiteze teritoriul. La această vârstă, un copil, altminteri disciplinat, poate să cunoască momente de furie însoțite de gesturi distructive. Socializarea lui va depinde de capacitatea de a-și stăpâni propria agresivitate și de a face față agresivității celorlalți.

- Agresivitatea devine îngrijorătoare atunci când rămâne singurul mod de exprimare sau de apărare. În acest caz, semnalizează existența unei probleme mai profunde, dar nu și ireversibile.

- În general, se face apel la părinți doar atunci când copilul este agresiv în colectivitate.

- A contrariu, la fel de mult trebuie să ne îngrijoreze dacă un copil își inhibă agresivitatea sau dacă se teme de agresivitatea altora: acest lucru poate semnala dificultăți de integrare într-un grup. În ambele cazuri, copilul trebuie ajutat.

La creșă, copilul îți mușcă pe ceilalți.

Este un comportament des întâlnit, dar foarte greu de tolerat de către părinții copilului agresat. Nu e nicio tragedie dacă un copil de câteva luni manifestă un asemenea tip de comportament.

- Copilul dumneavoastră se află acum în stadiul oral al dezvoltării sale, în care gura este mijlocul preferat de

explorare: își duce jucăriile la gură, le sugă, le dă pupici plini de salivă sau le „devorează”. Pulsunile agresive orale încă nu sunt pe deplin reprimare. Adeseori, văzându-l pe copilul agresat cum plânge, agresorul rămâne siderat, frapat de gestul pe care l-a făcut.

- Este esențial să-i spunem că nu are voie să facă așa ceva. Françoise Dolto nu se sfiește să reamintească până și copiilor faptul că interzicerea canibalismului a fost unul dintre principiile aflate la baza societății!

- Copilul trebuie să învețe că mușcătura este ceva foarte dureros și că, din acest motiv, adulții se vor apăra vehement. Cu toate acestea, copilul nu trebuie să fie mușcat la rândul lui „ca să vadă și el cum este”: exemplul interdicției nu se dă așa (vezi „Autoritate”).

- Trebuie să avem grijă să nu îl etichetăm pe copil drept agresiv. Dacă micuțului i se va părea că alți copii, mai calmi, sunt cumva favorizați de educatori, comportamentele sale agresive s-ar putea agrava.

- Este, așadar, important ca problema să fie rezolvată în interiorul colectivității, fără ca părinții să intervină prea mult. Dacă situația o cere, ar putea interveni psihologii de la creșă.

La grădiniță, se bate frecvent cu ceilalți.

La începutul grădiniței, **pe la 3 ani**, agresivitatea poate fi semnul unei dificultăți de separare sau de adaptare.

- Adeseori, un copil agresiv interpretează greșit mesajele pe care i le trimit ceilalți. El va reacționa excesiv uneori în fața unei amenințări sau atunci când se râde de el, pedepsind ceea ce consideră a fi o nedreptate.

- Uneori, copilul agresiv se mai poate simți vulnerabil, ușor de atacat, chiar dacă nu se manifestă nicio intenție în acest sens. Micuțul se simte amenințat, iar acest lucru se numește identificarea cu agresorul.
- Nu vă lăsați pradă reacțiilor dumneavoastră! Nimic nu este mai neplăcut decât să fii chemat la grădiniță pentru problemele de comportament. Chiar dacă educatorii nu fac o dramă din asta, veți fi rușinat de atitudinea micuțului. Riscați să vă pedepsiți prea aspru copilul și să puneți sub semnul întrebării atitudinea cadrelor didactice. Această diferență în reacții poate fi bulversantă pentru copil.
- Faceți-vă timp să stați de vorbă cu el despre ceea ce se întâmplă la grădiniță, despre ce face el acolo. Interesați-vă și de felul în care copilul se comportă în pauze, nu numai despre ceea ce lucrează în clasă.
- Căutați împreună cu el soluții pentru rezolvarea conflictelor, fără a-l încuraja să se apere prin mijloace fizice.
- Ajutați-l să nu își formeze o imagine de „dur” și nici să nu afișeze un astfel de comportament față de educatori.

Veți reuși să faceți aceste lucruri mai ușor dacă nu vă veți situa într-o poziție de conflict cu grădinița și dacă veți judeca corect situația copilului. Nu trebuie să vedem comportamentele agresive drept semnele unui viitor comportament antisocial. Chiar dacă uneori se poate întâmpla și așa, cazurile sunt foarte rare.

Identificați motivele care îi pot alimenta violența.

- **Violența la care copilul a fost martor pasiv** – cea de la televizor ori din jocurile video – îi poate favoriza exprimarea propriei violențe. Limitați-i timpul petrecut în fața ecranelor.

- **Violența trăită s-ar fi putut manifesta în sânul familiei.** S-a demonstrat că violențele conjugale reprezintă un abuz pentru copii și că au, totodată, repercusiuni asupra comportamentului școlar al acestora.

Vedeți dincolo de agresivitatea copilului.

În spatele oricărui comportament agresiv trebuie căutată o traumă afectivă.

- Copilul poate să exteriorizeze astfel o rivalitate fraternală, pe care o proiectează asupra colegilor săi de la grădiniță.
- S-ar putea să fie afectat de pe urma despărțirii părinților.

Adeseori, comportamentele agresive trădează o vulnerabilitate ascunsă.

- Când suferă, capacitatea de a raționa este scurtcircuitată, iar dacă emoțiile nu sunt verbalizate, atunci comportamentele agresive rămân singura modalitate prin care copilul poate să atragă atenția asupra suferinței sale.

De asemenea, se poate întâmpla ca aceste comportamente agresive să mascheze o depresie. Copilul nu își va recunoaște prea ușor vulnerabilitatea: prin comportamentul său agresiv, nu va căuta altceva decât să își etaleze forța.

Așadar, trebuie să avem răbdare, pentru a putea să înțelegem situația din punctul de vedere al copilului.

- Această înțelegere nu înseamnă o aprobare a comportamentului.
- Se impune stabilirea unor limite ferme.