

TREI

Părinți de nota 10

80 de soluții pentru a vă crește cu brio copiii

**JEAN EPSTEIN,
CÉCILE DESMAZIÈRES-BERLIE**

Traducere din franceză de Olga Ceașu

EDITORI:

Silviu Dragomir
Vasile Dem. Zamfirescu

DIRECTOR EDITORIAL:

Magdalena Mărculescu

REDACTOR:

Smaranda Nistor

DESIGN COPERTĂ: Faber Studio

Foto copertă: Guliver/Getty Images/©amphora

DIRECTOR PRODUȚIE:

Cristian Claudiu Coban

DTP:

Mihaela Gavriloiu

CORECTURĂ:

Irina Botezatu
Dana Apostolescu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

EPSTEIN, JEAN

Parinți de nota 10: 80 de soluții pentru a vă crește cu brio copii/

Jean Epstein, Cécile Desmazières-Berlie; trad. din franceză de
Olga Ceaușu. - București: Editura Trei, 2019

ISBN 978-606-40-0599-1

I. Desmazières-Berlie, Cécile

II. Ceaușu, Olga (trad.)

159.9

Titlul original: Nous sommes des parents formidables! 80 clés pour réussir
l'éducation de nos enfants, 2nd edition

Autori: Jean Epstein, Cécile Desmazières-Berlie

Copyright © 2016, Dunod, Malakoff
Ilustrații: Eric Appéré

Copyright © Editura Trei, 2019
pentru prezenta ediție

O.P. 16, Ghișeu 1, C.P. 0490, București

Tel.: +4 021 300 60 90; Fax: +4 0372 25 20 20

E-mail: comenzi@edituratrei.ro

www.edituratrei.ro

Cuprins

Planeta copilăriei — vedere aeriană	7
Partea I Bebelușul vine acasă!	29
1. Să-i facem loc bebelușului	31
2. Bebelușul: mod de întrebuințare	42
3. Metoda casei: elaborați-vă rețeta proprie	53
4. O viață nouă	61
Partea a II-a Primul an de viață:	
Majestatea-Sa bebelușul	71
5. Pe orbita planetei bebelușului	73
6. Cum să avem grijă de copilul nostru	87
7. Dictatura puericulturii	104
8. Cu mintea deschisă	116
Partea a III-a Al doilea an, al treilea an:	
E greu să fii detronat! Cine face legea?	133
9. Primii pași: fiecare în ritmul său	135
10. Autoritatea: cine o va câștiga?	147
11. Primele elanuri sexuale	169
12. Câtă energie!	174
13. La grădiniță	186

Partea a IV-a	4, 5, 6 ani: Exist...	201
14.	O scumpete mică...	203
15.	...Dar care se afirmă...	214
16.	...Până când și până unde?	225
Partea a V-a	6/12 ani: Micul meu regat se întinde dincolo de zidurile casei	239
17.	Noi orizonturi	241
18.	Vremea secretelor	273
19.	Nu dați uitării copilăria	281
Partea a VI-a	Adolescența: „Părinții mei, fraieriiăștia de care am atâta nevoie“	293
20.	Lupta pentru a deveni independent	295
21.	Corpul în centrul luptei pentru independență	311
22.	Căutările în afara familiei	316
23.	Să testăm codul penal: în căutarea limitelor	331
24.	O nevoie profundă de ancorare	340
A fi adult = rezolvarea a șase ecuații		348

Planeta copilăriei – vedere aeriană

Suntem niște părinți formidabili, deși nu ne dăm seama de acest lucru! Trăim cu toții, împreună cu copiii noștri, cam aceleași lucruri, trecem prin perioade asemănătoare (uneori împotriva vânturilor și a valurilor, aceste perioade sunt mai lungi sau mai scurte, mai mult sau mai puțin violente, de la caz la caz). Improvizăm soluții care, deși contestabile pe moment (mai ales în viziunea copilului nostru), pe termen lung se dovedesc a fi fost cele bune.

Soluții ca la carte, dar nu stereotipe, ci adaptate familiei noastre, ca entitate unică și diferită.

Tocmai pentru a valorifica aceste răspunsuri, cartea de față abordează, în primul rând fără să vină cu soluții rigide și imuabile, o sumedenie de întrebări pe care orice părinte ajunge să și le pună, uneori fără a îndrăzni măcar să mărturisească acest lucru, fie că e vorba de un bebeluș sau de un adolescent.

Subliniem aici că una dintre particularitățile acestei cărți este aceea că analizează în mod deliberat toate etapele de vârstă pe care le parcurge nou-născutul până să devină, într-o bună zi, adult.

„Un pariu riscant“, veți spune. Tocmai de aceea, și totodată pentru a vă ajuta să înțelegeți mai limpede ceea ce urmează, să ne imaginăm că pornim într-o călătorie aeriană, survolând de undeva de sus planeta copilăriei.

Respect Vom numi această călătorie „construcția cu țigle“, căci ne va ajuta să vizualizăm diferitele etape care îi permit unui copil „să se ridice“, să treacă de la o etapă la alta. Dacă am vrea să facem pe psihanalistii, am putea numi această structură învelită cu țigle „traversarea vârstelor“, ceea ce înseamnă că, puțin câte puțin, copilul nostru va crește de-a lungul anilor, păstrându-și însă în permanență dreptul esențial de a regresa, atunci când de acest lucru depinde buna sa dezvoltare.

Altfel spus, această „construcție cu țigle“, care arată ca un acoperiș alcătuit din multe țigle suprapuse, care depind unele de altele, va simboliza formarea copilului. Ea ne va permite, de pildă, să înțelegem de ce un adolescent (adult în aparență) are nevoie uneori să revină în „zona țiglelor copilăriei“, pentru a mai schimba câte ceva.

Vom înțelege astfel, din capitolul care tratează adolescența, cât de absurd ar fi să pretindem că adolescentul nu este nici copilăș, nici adult. De fapt, el este în permanență și una, și alta, iar uneori poate fi amândouă vârstele în aceeași zi. Când se trezește, este adult, iar seara la culcare este copilăș, sau invers. În plus, uneori această stare de lucruri poate dura mai mult sau mai puțin, iar câteodată... foarte mult.

Cu douăzeci de ani în urmă, se considera că, în principiu, adolescența este perioada cuprinsă între 13 și 16 ani. În prezent, putem spune, fără să greșim prea mult, că este etapa cuprinsă între 6 și 30 de ani! În limbajul cotidian au apărut, de altfel, denumiri noi: cei mici sunt numiți „preadolescenți“, iar copiii mai mari „adolescenți“. (Ca să înțelegeți mai bine cum stau lucrurile, vizionați filmul *Tanguy*¹).

Însăși ideea de etape, delimitate mai mult sau mai puțin strict, în privința calendarului dezvoltării unui copil, adică ceea ce am denumit deja „construcția cu țigle“, trebuie deci relativizată,

¹ *Tanguy*, comedie franceză din 2001, vorbește despre fenomenul social al tinerilor de 25-35 de ani care preferă să rămână în sânul familiei și refuză să-și asume responsabilități de adulți. (N.t.)

trebuie adaptată la realitățile fiecărui copil (băiat sau fată) și fiecărui părinte, cu atât mai mult cu cât există copii care sunt împiedicați să crească prea repede, iar alții sunt încurajați să crească mai repede! (Atenție! Orice asemănare cu persoane care au existat sau există este și va fi posibilă în paginile acestei cărți.)

„CONSTRUCȚIA CU ȚIGLE“

Ca să înțelegem cum trebuie coerența acestei serii de etape care, ca prin farmec, îl conduce și îl însoțește pe micuțul nostru spre vârsta adultă, va trebui să începem cu începutul, iar în acest caz, va trebui să recunoaștem că povestea unui nou-născut nu începe prea bine.

Într-adevăr, spre deosebire de alte mamifere, pruncul omului se naște prematur: când apare pe lume, este gol, neadaptat la mediu, ba am putea chiar spune că, din cauza neputinței sale, riscă să moară. Stați liniștiți, totul se rezolvă de minune imediat, căci fetușii, care au intuit ce-i așteaptă, își transmit din gură în gură (ori „din burtă în burtă“, cine știe!) o metodă extraordinară care le va salva viața: arta seducției!

De îndată ce au venit pe lume, toată lumea e vrăjită: „Ce frumos e! Seamănă la ochi cu...! Ce mânuțe delicate!“

Grație acestei seducții fatale, toți adulții se vor ocupa de el. Toată lumea vrea să îl ia în brațe, cineva îl spală, îi dă să mănânce, reacționează la fiecare scâncet, îi îndeplinește toate trebuințele! Părinții, dar în special mama, vor învăța să-i vorbească limba și să-i descifreze toate mesajele, chiar și pe cele incompreensibile.

Iată-ne în vizită la niște prieteni cu nou-născutul nostru. Dintr-odată, se aude un sunet bizar. Nimeni nu a perceput mesajul bebelușului, în afară de mama care se ridică brusc și spune: „Îi este foame.“ Și, ce să vezi, are dreptate!

Respectăm reverența părinților. Să revenim, așadar, la fascinația pe care o exercită asupra noastră bebelușul. Datorită ei, micuțul se va bucura de un confort afectiv total, care-i va permite să verifice în orice clipă principiul „bunului plac“, pe baza căruia își va construi o vreme identitatea, adică: „Eu sunt centrul universului, obțin tot ce vreau și vreau imediat!“

Aceste trei elemente îi vor fi neapărat necesare în primele luni de viață, pentru a-și dezvolta încrederea, stima de sine și reziliența (sau, mai degrabă, ceea ce Boris Cyrulnik numește „factorii de testare a rezilienței“), ca să se simtă iubit așa cum este...

Toate bune, dar trebuie să recunoaștem că, dacă la 20 sau la 30 de ani, fostul nostru bebeluș continuă să se afle în acest stadiu de dezvoltare („Datorită farmecului meu, am puteri depline asupra celorlalți!“), vor apărea anumite probleme, atât în ceea ce-l privește, cât și pentru cei din jur.

În sfârșit, pentru ca această „construcție cu țigle“ despre care vom vorbi în continuare să poată funcționa, după ce mititelul nostru a depășit „starea de grație“, părinții trebuie să își asume un rol educativ, care se va dovedi uneori dificil. Copilul trebuie făcut să înțeleagă și să accepte un alt principiu (numit „al realității“) care este aproape opusul celui alt și se poate defini astfel:

„Sunt o persoană importantă, dar nu sunt centrul universului.“

„Am niște lucruri ale mele, dar nu totul este al meu (împrumut, împrumut).“

„...și aștept!“

Grosso modo, am putea sintetiza aceste trei lecții prin expresia „acceptarea frustrării“, intrând astfel în posesia unei foarte importante „chei“ care deschide calea spre o integrare echilibrată în viața socială (la grădiniță, la liceu sau în altă parte).

E ușor de spus, dar orice părinte, pentru a duce la bun sfârșit această misiune, va trebui să aibă multă încredere în sine și să nu se lase subjugat de o întrebare ca aceasta: „Mă va mai iubi copilul meu, dacă spun nu?“

Dificilă întrebare, căci toți copiii știu regulile jocului și pot obține astfel ceea ce vor, cât mai mult timp posibil (unii chiar foarte mult timp): „Nu vrei să mi-l cumperi? Nu te iubesc! Nu-mi place de tine!“

Dacă pe părinte îl roade îndoiala, e greu să audă astfel de lucruri și să rămână indiferent.

Altfel spus, faptul că părintele trebuie să-și determine copilul să accepte „principiul realității“ va conduce în mod inevitabil la un conflict între ei, iar în cazul copiilor extrem de încăpățânați, care refuză să cedeze, totul va deveni extrem de obositor.

Și totuși! Unul dintre principalele obiective ale acceptării de către micuț a acestei frustrări este, pentru binele lui, de a i se oferi un loc în familie și de a-l face să înțeleagă care este locul lui și că trebuie să fie la locul lui.

Ce înseamnă „la locul lui“? Am putea spune, de pildă, că este bine ca un copil să fie împăratul casei, dar în niciun caz că trebuie să și domnească. Am putea spune, în egală măsură, că unicul rol pe care un copil îl poate avea în relația cu părinții săi este acela de a fi copilul părinților săi, dar în niciun caz partenerul de viață, părintele, confidentul, sacul de box sau soluția problemelor părinților săi. Niciun copil nu poate fi o soluție, ba chiar poate fi o problemă uneori.

O astfel de listă poate continua la nesfârșit și fiecare dintre elementele sale ne amintește de chipurile unor copii pe care-i cunoaștem!

În fine, după această scurtă paranteză, să revenim la „construcția cu țigle“ și, cu ajutorul unui survol rapid, să ne uităm la cele șase elemente care o alcătuiesc.

PRIMA SECVENȚĂ

Ea începe încă înainte de naștere și ar putea fi numită „Cum ajutam un cuplu de iubiți să devină un cuplu de părinți“.

Respect În multe cazuri, această mutație nu se produce singură și presupune un ajutor. Ceea ce nu înseamnă niște cursuri pentru viitorii părinți, care în ziua în care ies de la maternitate să aibă în buzunar metoda ideală!

Este vorba mai degrabă ca viitorii părinți să stea de vorbă pe durata sarcinii unul cu altul, cu alți viitori părinți și cu oameni de specialitate, pentru ca fiecare să găsească niște răspunsuri la întrebările care-i frământă, de indiferent ce natură — iată, după părerea mea, ce înseamnă un ajutor real.

Din păcate însă, în maternități, din cauza lipsei de timp, de personal și de mijloace potrivite, cel mai adesea demersurile de acest fel sunt neglijate, dacă nu chiar trecute cu vederea. Obligatoriu într-un mediu „hipermedicalizat“, viitoarea mamă trebuie pregătită pentru naștere! Ea trebuie să știe să-și controleze respirația, să învețe tainele respirației ritmice etc.

N-ar trebui să uităm însă că, în ziua de azi (mai exact în ultimele decenii), unii tătici vor să fie și ei prezenți la marele eveniment, așa că sunt invitați să participe la lecțiile unde viitoarele mămici învață tehnici de respirație. Dacă au învățat ceva sau nu, prea puțin contează, căci la venirea bebelușului pe lume mulți dintre ei leșină sau sunt mai mult morți decât vii, iar alții renunță la intenția lor inițială și preferă să-și roadă unghiile în sala de așteptare!

SECVENȚA A DOUA

Ar fi absurd să încercăm să apreciem durata exactă a fiecărei faze, dar ca să avem totuși niște repere utile pentru prezentarea noastră, am putea spune că această etapă, în situații ideale, se întinde pe durata primelor 6 până la 8 luni ale bebelușului, iar uneori se poate prelungi până la vârsta la care copilul învață să meargă în picioare.

În această privință, suntem perfect de acord cu autorii volumului colectiv *Sa Majesté le Bébé* („Majestatea-Sa Copilul“, partea a doua).

Micuțul ocupă foarte mult loc, dacă nu chiar tot locul, în universul familial (inclusiv în mintea părinților care au revenit la locul de muncă), iar pe durata acestei „secvențe fondatoare“ se va construi o adevărată poveste de dragoste reciprocă între părinți și copil.

În mintea copilului își va face loc o întrebare obsedantă: „Oare ei mă iubesc așa cum sunt?“

Așa că, eu, micuțul, ca să aflu cât de mult mă iubesc părinții și cât pot să reziste, țip și plâng. Uneori, mă îndoiesc atât de mult de dragostea lor, încât mi-ar plăcea ca mama să se ducă la un specialist care să-i dea sfaturi, s-o învețe cum să procedeze. Iar atunci, plâng și mai mult, fără să mă opresc, zi și noapte, timp de două săptămâni! Și până la urmă, câștig! Mama se decide să se ducă la pediatru. Gata, acum pot să mă opresc din plâns. Mi-am atins scopul. Mama primește sfaturi de la cineva care se pricepe la copii și care, din fericire, mi-a înțeles mesajul.

Alteori, încerc să aflu cât de important este rolul meu în această poveste de dragoste și nu adorm decât în patul părinților mei, între ei! Încep să cred chiar că am un rol conjugal. E ciudat că, uneori, mama îi spune tatei: „Ce păcat că ăsta mic stă între noi! Asta e! Noapte bună!“ Eu însă, îmi dau seama că, de fapt, îi convine, și pricep că tata nu e încântat deloc. Ce bine îmi pare, câștig teren!

SECVENȚA A TREIA

Iată-ne acum într-o perioadă de mai lungă durată a „construcției cu țigle“, care variază mult de la un copil la altul; ea începe când copilul învață să meargă și poate să dureze până la șase ani!

În această perioadă, copilul, ca individ, va începe să-și creeze repere de tot felul (individuale, sociale, familiale). De acum, va trebui să învețe să renunțe la principiul bunului plac, despre care am vorbit mai devreme, și să își asume „realitatea“, să accepte

Respectarea regulilor, legilor, interdicțiilor, „codul penal” familial. Tot pe parcursul acestei secvențe va face primii pași pe calea descoperirii sexualității, prin intermediul faimosului „complex oedipian”, adică va încerca să seducă un părinte (sau un adult) de sex „opus”.

CONSTRUIREA REPERELOR

Trei tipuri de repere se vor cere dezvoltate: individuale, sociale și familiale.

REPERELE INDIVIDUALE

În acest caz, este vorba de diferitele competențe ale fiecărui copil, pe care el va trebui să le valorifice și de care va trebui să țină cont pe măsură ce-și construiește realitatea proprie. Avem în vedere, de pildă, ritmurile fiecărui copil, ritualurile lui, tipurile sale de inteligență...

RITMURILE COPILULUI

Dacă avem în vedere somnul, de exemplu, vom constata că există copii care dorm puțin, copii care dorm mult, copii care se trezesc târziu și copii care se trezesc devreme chiar și duminica dimineată!

Adevărata artă a adultului va fi aceea de a ști cum să pună de acord, încetul cu încetul, ritmul biologic al copilului cu ritmul social (nu-i va fi ușor să facă acest lucru, mai ales dacă va încerca să-i impună copilului un ritm de viață incoerent, determinat exclusiv de obligațiile socioprofesionale ale părinților).

Vom vedea, de asemenea, în capitolul consacrat școlii și învățaturii, că lucrările de specialitate nu mai definesc atât de strict noțiunea de normalitate și perioadele în care copilul trebuie să învețe anumite lucruri. De pildă: la ce vârstă copilul trebuie să facă la oliță? La ce vârstă va merge, va vorbi, va ști să citească? Perioada în care se realizează aceste deprinderi variază foarte mult de la un copil la altul, ceea ce face greu de crezut ideea potrivit căreia un copil trebuie să știe toate aceste lucruri la cinci ani, de pildă, și să obțină calificative maxime pe fișa de la grădiniță.

Dacă ținem cont de faptul că fiecare copil funcționează în ritmul lui, un copil are nevoie, pentru a progresa, să fie evaluat în raport cu propria-i structură și nu în raport cu o așa-numită conformare la media celorlalți!

O eroare și mai mare ar fi ca părinții, îngrijorați în privința viitorului odraslei lor, să încerce să-l stimuleze de la o vârstă fragedă prin intermediul unui „proiect educativ” foarte accelerat: la doi ani trebuie să știe să facă la oliță, ca să-l dăm la grădiniță, ca să știe să citească înainte de clasa pregătitoare, ca să învețe apoi cu brio limba germană, ca să-și sporească șansele de a obține o medie bună la bacalaureat. Ca să fie student apoi la elitistul Institut de Studii Politice din Paris, care a dat nu mai puțin de 4 președinți!

Să fim niște părinți formidabili înseamnă în primul rând să ne respectăm copiii așa cum sunt (în ritmul lor) și, ceea ce este și mai dificil, să știm să avem o atitudine pozitivă față de ei, să avem încredere în ei, chiar dacă, la școală sau oriunde altundeva, sunt diferiți de ceilalți!

RITUALURILE COPILULUI

Toți copiii (și adulții) din lume au nevoie de ritualuri, care sunt legate în cazul fiecăruia de ceea ce am putea numi „senzorialitatea prioritară”. Fiecare copil, cu excepția celor care au un handicap,

se naște cu cinci simțuri, dar unul dintre acestea predomină: există copii care trebuie să miroasă tot, care să guste tot, care să vadă tot. (Atenție, pot rămâne cu această înclinație toată viața!)

În funcție de această sensibilitate senzorială aparte, copilașul nostru își va crea instrumente care să-i permită să crească, să facă față situațiilor noi, adică, desigur, bine-cunoscutele „obiecte tranziționale”: „Doctore, copilul meu are 4 ani și nu reușim să-i luăm jucăria preferată, suzeta...! La ce vârstă e normal să-l dezvățăm de ea?”

Răspunsul cel mai inteligent: „Niciodată! Își va da seama singur când trebuie să renunțe la ea, când va avea de-a face cu alți copii!”

Un băiețel în vârstă de 2 ani era foarte atașat de jucăria lui de pluș, care păstra toate mirosurile familiare (un cocteil măiastru, alcătuit din „feromonii” tatei, ai mamei, ai pisicii, ai bunicii...). Un adevărat „Sesam, deschide-te!”, ca în povestea cu Ali Baba și cei 40 de hoți, un obiect magic, fără de care viața ar părea mult mai stranie. Iată însă că, de câteva luni, a renunțat la ea și o lasă acasă. Victorie! Băiețelul nostru a crescut!

Dar peste un an, totul se schimbă! În septembrie, când micuțul începe grădinița, poc, suferă o recădere: are din nou nevoie de jucăria de pluș. De ce? Pentru că acum, la grădiniță, va deveni din nou cel mic! O mulțime de întrebări neliniștitoare îi frământă mintea: „Oare educatoarei îi va plăcea de mine? Oare îi va plăcea cum miros?” (Iată că-și fac din nou apariția feromonii!) În orice caz, jucăria de pluș providențială îi va fi de mare folos în noua aventură.

Dar povestea se termină cu bine: educatoarea este bună ca pâinea caldă, băiețelul nostru se adaptează repede la grădiniță (etapă esențială pentru a evita posibilul risc de a renunța la școală mai târziu).

Copilașul nostru a reușit să se adapteze la școală, de-acum este „mare”! Totuși, ca măsură de prevedere, își va păstra jucăria de pluș în ghiozdan. Înainte de a ieși de la școală, va avea grijă să inspire adânc, preț de o clipă, ca să pară încrezător în

fața părinților care îl așteaptă la ieșire și care îl vor întreba, cu siguranță: „Ei, ce-ați făcut astăzi?”

Acum, le va putea răspunde, foarte sigur pe el: „Nimic! Ne-am jucat.” „De-a ce v-ați jucat?” „De-a nimic...”

Altfel spus:

„Ia mai lăsați-mă în pace! Acum îmi place de altcineva. Educatoarea e foarte drăguță.”

Un pas uriaș pe calea autonomiei!

TIPURILE DE INTELIGENȚĂ

În prezent, nu mai încape nicio îndoială: știm că există extrem de multe tipuri de inteligență, în funcție de copil. Există micuți care au o inteligență „logică”, alții au o inteligență „literară”. Cei cu inteligență „logică” vor îndrăgi jocurile binare simple, le va plăcea să asambleze cuburi sau piese de construcție lego, jocurile așa-numite „educative”, iar la timpul potrivit vor desena după modele. La vârsta de 2 ani, vor reuși să dezlege probleme logice pentru copii de 4 ani!

Acești copii, în sânul familiei, vor avea mult noroc, căci vor fi permanent apreciați de părinți!

Ceilalți, însă...! Cei despre care am spus că au o inteligență „literară” sau „lingvistică” riscă să fie considerați plini de defecte, din cauza modalității de exprimare a talentului lor: creativitatea!

La vârsta de 4 ani, vor rezolva poate doar probleme pentru copiii de 2 ani sau poate nu se vor pricepe deloc la astfel de jocuri, iar desenele lor vor fi cam ciudate. Pot fi niște copii foarte vorbăreți, care pun tot timpul întrebări adulților (veșnicul și energic „De ce?” care este rostit cel mai adesea când părintele nu are timp să răspundă), ba mai mult, ținând cont de faptul că ei sunt viitorii filosofi, vor fi tot timpul înclinați să observe, să reflecteze, deci, spre deosebire de „logici”, care sunt foarte activi, ei vor practica în mod special „inactivitatea trează”!