

TREI

Arta conversației părinților cu copiii

Ce și cum le spunem copiilor –
și când e cazul să-i ascultăm

WENDY MOGEL

Traducere din limba engleză de
Liana Haidar

Cuprins

| | |
|---|-----|
| <i>Nota autoarei</i> | 11 |
| <i>Introducere</i> | 17 |
| 1. Publicul ascultă. De la sugari la prima copilărie | 23 |
| 2. În spațiul măreței catedrale a copilăriei. Învăță limbajul universului copilului tău. Băieții și fetele între trei și unsprezece ani | 52 |
| 3. Cel mai mare, mai puternic, mai rapid. Apropierea emoțională de băieții mici. De la trei la unsprezece ani | 87 |
| 4. Șefa, cea mai bună prietenă și prințesa mofturoasă. Cum să vorbești cu fetele. Între trei și unsprezece ani | 129 |
| 5. Subiecte delicate. Cum să le vorbești copiilor despre sex, moarte și bani | 177 |

| | | |
|-----|--|-----|
| 6. | Ghizi spirituali sub acoperire. O scurtă introducere în lumea adolescenților | 221 |
| 7. | Elevul venit din Kazahstan printr-un program școlar de schimb. Băieții adolescenți | 259 |
| 8. | Nepoata dintr-un oraș îndepărtat, venită în vizită. Fetele adolescente | 279 |
| 9. | Cei îndreptățiți la o opinie. Fă echipă cu partenerul de viață, cu fostul, cu bunicii, cu „mama Oliviei“ | 299 |
| 10. | „Custozii“ copiilor. Cum să valorifici mai bine potențialul dădacelor, al profesorilor, al antrenorilor și al altor adulți din viața copilului tău | 335 |
| | <i>Epilog</i> | 373 |
| | <i>Mulțumiri</i> | 375 |
| | <i>Lecturi recomandate</i> | 379 |
| | <i>Ghid pentru clubul de lectură</i> | 383 |
| | <i>Anexă: Diferențele relative dintre băieți și fete din perspectiva dezvoltării și funcționării creierului, varianta extinsă</i> | 391 |

Nota autoarei

În anii '70, pe când eram studentă la Psihologie, se vehiculau niște idei aberante care ni se prezentau drept informații fundamentate științific: schizofrenia ar fi fost declanșată de „mamele schizofrenogene“ (care aveau o atitudine hiperprotectoare, dar în același timp și de respingere față de copii); autismul, de „mamele-frigider“; homosexualitatea masculină, de tații slabi, incapabili să se impună în fața soțiilor autoritare. În acea perioadă, mișcarea feministă urmărea eliminarea concepției conform căreia biologia determină destinul. Băieții și fetele se nasc egali. Contează doar felul în care sunt creșcuți. Dați-le fetițelor cuburi de construit și băieților păpuși și diferențele dintre ei se vor evapora. Deși bine intenționată, această abordare menită să protejeze drepturile copiilor, să le înlesnească dezvoltarea și să le ofere oportunități nelimitate era prea limitată și nu rezista în fața unei analize științifice atente.

Și totuși, anii '70 ne-au furnizat și câteva realități științifice extraordinare, valabile și astăzi. Una dintre ele a fost teoria androginiei psihice, dezvoltată de specialistă în psihologie socială Sandra Bern. Cercetările sale extinse au relevat faptul că fetițele care prezentau trăsături considerate în mod tradițional a fi mai degrabă „masculine“ și băieții care prezentau trăsături mai „feminine“ erau mai echilibrați din punct de vedere emoțional decât copiii ale căror atitudini și comportamente se situau la extremele normelor de gen. Bern a descoperit că definiția existentă la acea

dată pentru rolurile de gen era una limitată, restrictivă și cu efect negativ asupra indivizilor și a societății în ansamblul ei.

Sandra Bern a pus bazele unei mișcări care a făcut trecerea de la o definiție binară, fixă, a rolurilor de gen la actuala înțelegere, mai nuanțată, a spectrului bogat și în continuă evoluție al exprimării identității de gen a fiecărui individ. La sfârșitul anilor '80, am trăit o experiență care m-a ajutat să înțeleg mai bine acest subiect. Părinții lui Ash, un băiețel de patru ani și jumătate, au venit să mă consulte în legătură cu comportamentul derutant al fiului lor: „Cel puțin o dată pe zi”, spunea mama lui, „Ash își ridică brusc capul și privește în sus cu o expresie îngrijorată. Apoi își ridică brațele, își îndoaie coatele, își strânge pumnii și începe să meargă grăbit prin cameră, pe vârfurile degetelor. Când l-am întrebat de ce face așa, mi-a explicat, pe un ton natural: «Mami, când Cenușăreasa vede că orologiul stă să bată miezul nopții, trebuie să-și strângă poalele rochiei de bal ca să poată fugi repede, repede, spre dovleacul-caleașcă». Doamnă doctor, ne este teamă să nu sufere cumva de vreo tulburare de identitate de gen”.

La acea vreme, tulburările legate de identitatea de gen erau considerate tulburări psihice, constituind subiectul multor dezbateri. Pentru a decide cu privire la diagnostic și la tratamentul care se impunea, m-am consultat cu doi dintre colegii mei psihiatri mai în vârstă, care se specializaseră în munca cu băieții tineri ce prezentau această „afecțiune”. Abordarea unuia dintre ei consta în urmarea unor reguli stricte, asemănătoare cu cele folosite în terapia de conversie a homosexualilor: „Spune-le părinților să elimine imediat din camera copilului orice păpușă sau obiect de îmbrăcăminte feminin, să nu-l mai lase să se joace cu fetițele, iar tatăl să înceapă să practice zilnic un sport împreună cu el. Ar trebui de asemenea să-l înscrie cel puțin într-o echipă sportivă de juniori”.

Celălalt coleg însă m-a sfătuit: „Spune-le părinților să lase copilul în pace. Să se bucure că are imaginație și chiar să se implice

în joaca lui. Ba mama i-ar putea pune chiar întrebări de felul: «Scaunele din caleașcă au și perne? Sau seamănă mai mult cu niște băncuțe?»“

Când m-am întâlnit cu părinții lui Ash, le-am spus să nu-și facă griji în legătură cu comportamentul din prezent al băiețelului sau să-l considere un predictor pentru viitor. „Tot ce știm în momentul de față este că uneori... el este Cenușăreasa și este un copil iubit. Și că respectul vostru față de creativitatea lui și față de exprimarea de sine este vital pentru dezvoltarea lui.”

Anii '90 au adus cu ei o tehnologie avansată în domeniul neuroștiințelor, care au generat un flux de date privitoare la diferențele de gen în ce privește dezvoltarea cognitivă, emoțională și fizică; percepțiile senzoriale ca auzul și văzul; anatomia și arhitectura creierului; efectele hormonilor asupra emoțiilor și alte atribute subtile, dar semnificative în comunicarea cu copiii și cu adolescenții. Nu există încă suficiente studii pe acest subiect ca să știm dacă creierul persoanelor transgen seamănă mai mult cu cel al „genului experimentat” decât cu cel al „genului atribuit” — cel bifat în rubrica din certificatul de naștere —, dar munca a început.¹

Astăzi, majoritatea specialiștilor în sănătate mintală (dar și tinerii) înțeleg că genul se referă la un spectru mai larg și nu la o categorie strict binară, iar experiența fiecărui om legată de ceea ce este el, de felul în care vrea să se îmbrace, de cum preferă să i se spună, de tovărășia cui este atras în relații în general, în cele de dragoste și în cele sexuale nu se încadrează în niște categorii fixe sau prestabilite.

Ca și în cazul tehnologiei sau al rețelelor sociale, părinții trebuie să învețe încontinuu pentru a putea stabili și impune reguli rezonabile, care să le protejeze copiii. Același lucru este valabil și

¹ Russo, Francine, „Is There Something Unique About the Transgender Brain?” *Scientific American*, 1 ianuarie 2016. <https://www.scientificamerican.com/article/is-there-something-unique-about-the-transgender-brain/>.

pentru înțelegerea expresiei de gen. Dacă vrei ca al tău copil să te perceapă ca pe un tovarăș de încredere, trebuie să-ți faci temele. Nu cred să existe un loc mai bun pentru a începe decât pagina de internet genderspectrum.org. Este o sursă de informații amănunțite, redată într-un limbaj simplu, nonpolemic, moderat, pentru educatori, părinți și adolescenți.

Când parcurgi capitolele din această carte referitoare la băieți și la fete și observațiile privitoare la atitudinea și la modul de comportare al mamelor și al taților, marchează te rog (în minte), cu ghilimelele de rigoare, referirile la diferențele de gen. Același lucru este valabil în cazul în care ești părinte singur, faci parte dintr-un cuplu de părinți de același sex sau aparții oricărei noi configurații de familie care coexistă în ziua de azi alături de tradiționala familie nucleară.

Conștientizarea diferențelor biologice contribuie la o mai bună înțelegere a modului în care putem ajuta fetele să devină oamenii de știință încrezători și creativi, inginerii și matematicienii de care vom avea nevoie în secolul XXI, scutindu-le totodată de stresul de a fi perfecte în fiecare aspect al vieții lor. Ne permite să găsim cele mai bune modalități de a încuraja sentimentul de mândrie și de curaj al băieților într-o economie în schimbare și în sălile de clasă unde energia lor debordantă și bucuria „descoperirii distracției” sunt văzute mult prea des ca simptome ale unei probleme. Băieții au nevoie de mentori adulți care să-i ajute să devină bărbați capabili să-și exprime emoțiile, să dezvolte legături profunde cu ceilalți oameni și să fie apti să-și controleze impulsurile puternice.

Mi-am propus ca prin această carte să-i învăț pe cititori limbajul adecvat în comunicarea cu fiicele și fiii lor în fiecare moment și în fiecare etapă a vieții acestora. Unele lecții se bazează pe nou-dobânditele cunoștințe din domeniul neuroștiințelor și al biologiei, iar altele pe zecile de ani de experiență clinică cu diverse tipuri de familii sau pe observații recente de ordin cultural, încă în curs de

desfășurare. Niciuna nu este menită să stereotipizeze sau să generalizeze. Mă bazez întotdeauna pe părinți pentru a adapta aceste strategii în funcție de evoluția, de personalitatea și de nevoile specifice copilului lor, în unicitatea lui.

Pentru a proteja intimitatea persoanelor și instituțiilor care apar în această carte, am schimbat numele, elementele care ar putea duce la identificarea lor și locațiile evenimentelor.

Introducere

Aceasta este o carte destinată părinților care vor să se facă auziți de copii.

Poate că ești mămică sau tătic de dată recentă, aflat abia la începutul unei conversații care va dura pe tot parcursul vieții și cu ajutorul căreia te vei reinventa și vei modela mica făptură pe care ai adus-o pe lume.

Sau poate că ești deja părinte de ceva ani, mai mulți sau mai puțini. Poate că ai răgușit tot repetând aceleași lucruri, fie reamintind copilului ceva, fie implorându-l ori țipând la el, fără ca el să te audă: uită să tragă apa la toaletă, îi spune surorii mai mici că e proastă, pretinde că îi e imposibil să adoarmă sau se mocăie în fiecare dimineață. Sau, în pofida rugăminților ori a amenințărilor din fiecare seară, fiica ta continuă să-și facă lecțiile în timp ce se întreține pe rețelele sociale și-ți răspunde pe un ton atât de dur și de obraznic încât, dacă l-ai fi folosit tu însăși în copilărie, ai fi fost aspru pedepsit. Cuvintele tale sunt tratate cu nepăsare, dar tu tot nu cedezi: însă îți pierzi încrederea în tine însăși și orice speranță legată de copil.

Unii dintre voi ați amuțit. *V-ați dat bătuți*. V-ați pierdut inspirația, încrederea și energia de a tot încerca să stabiliți o conexiune cu copiii voștri. Ați devenit experți în a găsi unghiul perfect pentru un selfie alături de fiicele voastre adolescente, dar parcă nu mai aveți nimic în comun. Așa că renunțați să le mai cicăliți în legătură

cu lecțiile sau vă retrageți în compania relaxantă a ecranelor ori în spatele cerințelor legate de muncă.

Răgușiți sau muți, părinți de dată recentă sau cu vechime, vă întrebați dacă nu există cumva o formulă magică prin care să faceți să fie totul mai ușor, mai bine. Din păcate, nu există o astfel de formulă. Tot ce aveți este vocea voastră. Dar dacă știți cum să o folosiți, nici nu vă trebuie mai mult.

Arta conversației se referă la modul în care părinții se adresează copiilor și adolescenților și în care pot fi ajutați să se exprime mai bine, mai adecvat. Se referă la felul în care, folosindu-vă de cuvinte, de ton, cadență și sincronizarea vocii, de cadrul și de postura adecvată, vă puteți îmbunătăți relația cu copilul. Nu este vorba de o formulă anume, ci doar de practică.

Oamenii se nasc cu nevoia de comunicare. Bebelușul se uită în ochii tăi, neuronii tăi oglindă se activează, el murmură și gângurește. Imiți instinctiv sunetele pe care le scoate, gesturile pe care le face, expresiile feței lui. În scurt timp, schimbați între voi cuvinte, apoi propoziții. Cu toate că este cea mai firească abilitate, vorbitul cu un copil presupune dăruire, anticipare și răbdare. Implică schimbul de sunete articulate, stăpânirea de sine necesară unei ascultări atente și o atitudine receptivă față de acele conversații vesele, amuzante, indecente, profunde, sfâșietoare, sincere, stânenitoare-dar-prețioase și edificatoare. Aceste conversații îmbogățesc viața de familie creând legături de iubire și de încredere, sporind înțelegerea de către copii a propriilor lor pasiuni și preferințe și ajutându-i să-și vadă părinții și pe ceilalți adulți ca pe niște persoane complete.

Lucrez cu părinții și cu copiii de mai bine de treizeci de ani. M-am concentrat asupra educației părinților în ceea ce privește dezvoltarea copiilor, dinamica familială și așteptările nerealiste ale mediului cultural. Cu timpul, aceste cunoștințe i-au ajutat să stabilească relații personale cu copiii lor într-o manieră mai sensibilă

și mai autoritară. Însă cu câțiva ani în urmă, am început să-mi schimb abordarea.

I-am încurajat dintotdeauna pe părinți să reproducă în prezența mea certurile cu copiii sau situațiile dificile întâmpinate în relația cu ei. Pe măsură ce am analizat mai profund aceste reconstituiri în cadrul întâlnirilor noastre, am început să observ nu numai *ceea ce* spuneau ei, ci și *felul* în care o spuneau. În mod obișnuit, acele femei și acei bărbați posedau excelente aptitudini de comunicare. Altor adulți li se adresau pe un ton increzător, clar, direct. Dar când redau certurile avute cu copiii lor, am remarcat adesea o transformare spectaculoasă. Parcă se micșorau și se blocau. Păreau neputincioși, jigniți, indignați, exasperați. Unii dintre ei vorbeau cu voci de copil. Alții vorbeau în șoaptă. Toți ajungeau să folosească voci pițigăiate și gătuite de emoție. Cu umerii aduși în față, începeau să împungă acuzator cu degetul.

În acel moment îi întrebam: „Și apoi ai început să țipi?” Capetele se plecau, încuviințau. Îi întrebam „Cât de tare? Arată-mi!” Încercam, eu zâmbeam. „Uau, chiar a câștigat runda asta, nu?” Râdeam împreună. Împărtășirea frustrării și rușinării lor avea dublu scop: le ușura povara și îi ajuta să-și dea seama că, deși cuvintele lor erau bine țintite din punct de vedere psihologic, copiii nu le auzeau din pricina felului în care era transmis mesajul.

Am hotărât să modific procedura obișnuită cu câțiva clienți și am început munca noastră împreună consiliindu-i pe tema tehnicilor de conversație cu copiii. Am introdus ideea de conversație pe un ton mai jos și mai cald, încetinind ritmul și etalând un limbaj corporal care exprima relaxare, dar și încredere de sine. Apoi am început să exersăm și să-i încurajez să pună în practică tehnicile nou-învățate încă din seara respectivă.

Transformarea copiilor a fost surprinzător de rapidă. Părinții mi-au relatat că până și schimbările minore în tonul și în comportamentul lor au modificat întregul metabolism al relației lor.