

LBRIS

We know

Florentina Fântânaru în dialog cu

**Urania Cremene**

# PROVOCĂRILE PĂRINȚILOR DE AZI

Bookzone  
BUCUREȘTI, 2024

## CUPRINS

CUVÂNT-ÎNAINTE .....	5
ARGUMENT de Florentina Fântânanu.....	13
<b>1. CE NE ÎNVAȚĂ COPIII: DORINȚE, NEVOI, TEMERI .....</b>	<b>15</b>
<b>2. TREI NEVOI PSIHOLOGICE DE BAZĂ ALE COPILULUI .....</b>	<b>33</b>
<b>3. INSTINCTUL MATERN ȘI INSTINCTUL PATERN.....</b>	<b>53</b>
<b>4. NU, NU EXISTĂ COPII RĂI.....</b>	<b>75</b>
<b>5. CUM NE DESCURCĂM ÎN EPOCA GENERAȚIEI Z .....</b>	<b>97</b>
<b>6. AL MEU E PREA TIMID. SAU FACE CRIZE DE NERVI.....</b>	<b>117</b>
<b>7. TU CE AI SACRIFICAT PENTRU COPII TĂI?.....</b>	<b>137</b>
<b>8. CE VALORI LE TRANSMITEM CELOR MICI .....</b>	<b>153</b>
<b>9. SECRETUL AUTORITĂȚII PARENTALE.....</b>	<b>169</b>

<b>10. CÂND COPILUL STĂ PEA MULTE PE INTERNET .....</b>	<b>187</b>
<b>11. CĂSNICIA PĂRINȚILOR, REPERUL VIITORULUI ADULT.....</b>	<b>211</b>
<b>12. TU EȘTI VINOVAȚ, TU EȘTI VINOVAȚĂ.....</b>	<b>227</b>
<b>13. SĂ VORBIM ȘI DESPRE DIVORȚ .....</b>	<b>245</b>
<b>14. ADOLESCENȚII: DESPRINDEREA DE PĂRINȚI.....</b>	<b>267</b>
<b>15. PĂRINȚII DEVENIȚI MENTORI: ÎN LOC DE ÎNCHEIERE .....</b>	<b>283</b>

## ARGUMENT

Nicio mamă nu știe ce destin leagănă... dar puterea gândurilor unei mame poate deschide porțile către un destin fericit.

Cred cu tărie că puterea mamei stă la temelia vieții copiilor pe care îi naște. Cum e mama, așa și copiii ei... văd asta zilnic la fiul meu. Rigoarea mea, blândețea mea și toleranța mea... asprimea mea se manifestă în fiul meu. Cum îl educi, așa îl ai. Am auzit de multe ori asta și nu știm cât de adevărat este... că povara ta, mamă, este dusă și de copilul tău, că sentimentele și trăirile tale îi pot fi binecuvântare sau blestem, că vorbele rostite pentru pruncii tăi, mamă, pot fi otrăvă sau izvor al vieții. Tu îl împuternicești, tu îl faci slab, nevolnic și neputincios. Mamele dau viață, dar au și capacitatea de neegalat de a face din aceasta un iad viu.

Există o rană a mamei pe care o purtăm toți, căci nimeni n-a venit pe lume fără o rană, traumă, suferință... dar există în lume și alinare. O avem, o conținem, e un dar... e credința ta în ceva mai mare decât tine care îți face inima să bată. Scriu pentru mame, am crescut un băiat singură, de când avea cinci ani. N-am lăsat ca acest lucru să adâncească rana. Dar scriu și pentru tați, pentru acei tați pregătiți de mamele lor să aline, să binecuvânteze, să mângâie, acolo unde generații întregi de tați au lovit, au făcut să doară și să continue suferința.

Stă în puterea noastră să primim binecuvântările cele mai înalte pe care Dumnezeu le-a așezat înaintea oamenilor.

Gândește, rostește, binecuvântează!  
Sunt mamă, deci iubesc!

Florentina Fântânanu

1

**CE NE ÎNVAȚĂ  
COPILII: DORINȚE,  
NEVOI, TEMERI**

**Florentina Fântânanu:** Să pornim de la cunoscutul proverb românesc care spune că „are nevoie de tot cătunul ca să-i educe copilul”. Cum arată acest cătun în epoca noastră, când mulți copii cresc în familii restrânse?

**Urania Cremene:** Consider că suntem mult mai mult părinții noștri decât credem noi că suntem. Este o afirmație cu atât mai adevărată în zilele noastre decât acum două generații. Înainte, familiile erau extinse, la fel și comunitățile, aveam mereu pe încă cineva prin preajmă, la o casă distanță. *Viețile pe care le-au avut generațiile din urmă sunt fundamental diferite de ale copiilor noștri. E aproape ca și cum ar fi alte specii.*

Ce vreau să spun e că în trecut copiii aveau la dispoziție mai multe modele în adulții din jurul lor, modele atât pozitive, cât și negative, eficiente sau mai puțin eficiente. Toate modelele sunt de fapt utile dacă le avem la dispoziție, doar că acum, în majoritatea cazurilor, modelele se reduc la familia restrânsă: mama, tata, iar dacă copiii au noroc, poate și bunicii. În această situație, cu atât mai mult trebuie să fim conștienți de ce fel de modele suntem pentru copiii noștri și cum le putem aduce în viață alte modele, de care ei au nevoie, ca să învețe cât mai multe abilități pentru viitor. Copiii învață prin absorbție și imitație, sunt ca niște bureți de informație. Fiecare lucru pe care îl văd, îl aud, interacțiunea dintre părinți, totul le oferă un model pozitiv sau negativ pe care îl pot prelua și fără să-și dea seama.

Pot să dau un exemplu de o abilitate pe care am dobândit-o fără să știu. Bunica mea, Urania – al cărei nume îl port – a locuit cu noi de când s-au căsătorit ai mei. După cutremurul din 1977, casa copilăriei mele

fiind foarte avariata, am fost nevoiți să ne mutăm într-un apartament de bloc și noul spațiu locativ nu ne-a permis să avem fiecare camera noastră. Eu împărțeam o cameră cu bunica mea, care avea grijă de toată casa: gătea, spăla, făcea tot ce făceau bunicile și probabil fac în continuare în casele copiilor și nepoților lor. Bunica era grecoaică și gătea așa cum a învățat în Grecia, și toată copilăria am stat pe lângă ea în bucătărie când gătea. Nu mă lăsa să-mi bag mâinile în nimic, nici pe mine, nici pe altcineva, dar puteam să asist dacă-mi beam un ceai la masa din bucătărie, cu condiția „să nu-i stau în picioare”, vorba ei. Așa că am văzut-o ani întregi cum face aceleași feluri de mâncare, printre care și plăcintă cu spanac, de exemplu, cu foile pregătite de ea.

După ce bunica s-a prăpădit, pe când eu aveam 16 ani, o vreme a preluat tata gătitul în casă și, brusc, m-am trezit în farfurie cu ciorbă de porc, ceva ce nu mai mâncasem până atunci. Tata e ardelean, deci a gătit cum a știut el din copilăria lui. Cred că dragul de el a tânjit foarte mulți ani după o altfel de mâncare, doar că mie nu mi-a convenit mâncarea pregătită de el, mult mai grasă, plină de carne, așa că m-am apucat să gătesc. Și fără să fi gătit niciodată plăcinta cu spanac a bunicii, am știut s-o fac, la fel cum am știut să fac musaca de vinete fără s-o fi făcut vreodată. Dar toți pașii erau atât de clari în capul meu, încât n-a fost nevoie să deschid vreo carte de bucate. Și acum gătesc, cred eu, foarte bine, și asta se datorează experienței pe care am avut-o ani buni cu bunica mea.

Copiii preiau toate abilitățile la care îi expunem. De aceea e important să le arătăm ce facem, dar la fel de important este și să le explicăm de ce procedăm într-un anumit fel sau chiar să le spunem ce am fi făcut diferit dacă am fi avut șansa să o luăm de la capăt. Să

nu uităm rolul esențial pe care îl avem în ceea ce devin copiii noștri.

### Ce-și doresc cel mai mult copiii?

Copiii își doresc echilibru, iar echilibrul lor începe cu... părinți echilibrați. Deși diferențele de ordin social, tehnologic, ideologic pot fi destul de mari între generații, copiii, în fond, își doresc același lucru dintotdeauna: căldură și siguranță. Când eram copil, îmi doream ca mama mea să râdă mai mult. Fiul meu, acum, și-ar dori ca eu să râd mai mult. Copiii, mai cu seamă când sunt mici, absorb ca un burete toate emoțiile pe care le avem noi, părinții. Dacă noi râdem, și copiii noștri râd, iar dacă ne simțim bine, și ei se simt bine. *Asta își dorește orice copil: să aibă părinți care să fie bine cu ei înșiși, fericiți cu viețile lor.*

Nu mă refer la fericirea manifestată entuziast și exuberant, ci la aceea care asigură un echilibru, indiferent cum arată viața noastră. Pentru copii nu e atât de important să primească vreo jucărie scumpă, cum credem noi, sau să stea în case luxoase, sau să aibă haine de firmă. Pentru copii e important ca atunci când suntem împreună în casa noastră să avem o stare de bună dispoziție, de optimism, de conectare, de empatie, de umor. De aceea, dacă ei ne văd încruntate sau supărate ne întrebă: „Ești supărată, mami?” Ei simt că ceva din realitatea care îi înconjoară nu e în regulă și au impresia că se întâmplă din cauza lor. Noi știm că nu e din cauza lor și că ei sunt iubiți, dar ei nu știu asta și trăiesc o stare apăsătoare de nesiguranță.

Până să am un copil, nu am înțeles ce înseamnă cu adevărat empatia. Deși, înainte să se nască Amos, le-am vorbit altora în munca mea timp de câțiva ani

despre conceptul de empatie, am realizat că explicam doar tehnic ce înseamnă. Era corect, dar ca și cum i-ai explica îndrăgostirea unei persoane care n-a avut niciodată fluturi în stomac. Vorbim despre o grămadă de lucruri crezând că știm ce sunt, dar informația este doar la nivel teoretic.

Mi se întâmplă să mă întreb deseori: de unde știu eu că până acum am iubit? De unde știu eu cum se simte iubirea? Eu nu știu cum iubesc alții, chiar dacă îi cunosc. E mai mult sau mai puțin decât am iubit eu vreodată? Dar ce înseamnă durere emoțională și cum o simte diferit fiecare persoană? Oare ce miros eu acum este aceeași hartă a mirosului unei alte persoane? Iată că sunt lucruri pe care nu le putem compara. În același mod, la momentul respectiv eram convinsă că știu ce înseamnă empatie, de aceea o și predam.

Teoretic, empatia înseamnă a te plasa pe aceeași lungime de undă cu persoana din fața ta și a-i arăta prin cuvinte și gesturi că o înțelegi, o vezi, o accepți. Înseamnă că îi validezi punctul de vedere sau refuzul și folosești formulări precum: „Înțeleg că ți-e foarte sete în acest moment. Lasă-mă, te rog, să termin de scris mesajul și mă duc să-ți aduc un pahar cu apă. Mulțumesc că ai răbdare!” Pentru mine asta era empatie: să îți arăt că te-am auzit și că voi reacționa în funcție de ce mi-ai spus tu că ai nevoie. Și, da, tehnic vorbind, așa se manifestă empatia.

Doar că fiul meu m-a învățat că nu e de ajuns doar să rostesc cuvintele acestea ca să obțin conectarea cu el, pentru că eu rosteam cuvinte învățate. Iar atunci când îi spuneam: „Înțeleg, Amos, că-ți dorești să mai stăm în parc, dar chiar trebuie să mergem acasă, e târziu”, îmi răspundea vehement: „Vreau să mai stau în parc!” El m-a învățat că empatia nu se regăsește în cuvinte, ci că este o stare de conectare pe care o ai cu

celălalt, indiferent ce cuvinte folosești, o stare în care celălalt înțelege atât de bine ce simți, încât aproape nu mai e nevoie să rostești niciun cuvânt. *Reușim să empatizăm cu adevărat atunci când ne punem în locul celuilalt, la același nivel, fără să judecăm, fără să ne dorim să-l schimbăm pe el sau ceva din ce e el, fără să exercităm niciun pic de control asupra sa.*

Acesta e un lucru foarte important de reținut, pentru că de multe ori avem impresia că empatizăm, rostim cuvintele potrivite, dar o facem cu scopul de a-i controla pe ceilalți. Folosim discursul empatic ca pregătire, ca preambul, având deja în minte altă zonă în care vrem să-i aducem pe cei din fața noastră, copiii sau adulți. Pretindem că empatizăm, că ne pasă, când de fapt avem un scop, vrem să ajungem unde ne-am propus. Asta înseamnă pentru mulți oameni empatia și despre asta am crezut și eu că e vorba: mă conectez cu tine, dar cu un scop al meu. Rostesc: „Înțeleg că ți-e greu acum!” și mintea mea se concentrează pe ceea ce spun apoi, propoziție care începe de fiecare dată cu o conjuncție adversativă sau un echivalent: dar, totuși, însă. Uite un exemplu care sună așa cum se și simte: lipsit de autenticitate. „Înțeleg că ți-e greu acum, dar trebuie să te ridici și să plecăm.”

*Este o greșală să crezi că poți obține ceva de la un copil fără să te conectezi cu el.* Iar eu trăiam cu impresia că procedez corect, până în punctul în care am reușit să mă conectez cu adevărat cu fiul meu și am avut sentimentul unei revelații grozave. Atunci când te conectezi cu adevărat cu un copil, poți să-i transmiți orice, pentru că simte că empatizezi cu el. Dacă, în schimb, îi spui de pe o poziție de superioritate: „Înțeleg că vrei înghețată, dar ai mâncat deja foarte mult dulce astăzi”, copilul simte că nu e adevărat, așa că se va uita la tine și va spune: „Nu te cred. Nu-ți pasă de mine.”

Copiii au un simț fantastic atunci când vine vorba de autenticitatea celor din jur. Și ca să fii autentic trebuie să fii conectat cu tine.

Atunci când eu rosteam un discurs învățat, urmăream să obțin de fapt altceva de la interlocutorul meu. În realitate, metoda nu funcționează. Aceasta a fost revelația de atunci și greșeala pe care încerc să n-o mai fac, deși încă o repet de multe ori. Sunt suficient de conștientă cât să-mi dau seama și să mă corectez, dar încă încerc, fără să-mi dau seama, să-mi exercit controlul asupra fiului meu, sărind peste empatie. *Copiii noștri nu ne vor da ascultare dacă nu ne conectăm cu ei cu adevărat.* Nu funcționează cu adulții, deci cu siguranță nici cu copiii.

**Noi ne-am judecat părinții pentru alegerile lor, iar acum copiii ne judecă la rândul lor. Cum ieșim din acest ciclu?**

În general, părinții fac tot ceea ce fac cu cele mai bune intenții, așa cum au făcut și ai noștri și generații întregi în spate. Dar, indiferent cât de bine ne-am face treaba, nu cred că există părinte care să nu facă greșeli sau care să scape de judecata copiilor săi. Ceva tot vor avea de reproșat la un moment dat sau altul. Și eu am judecat-o pe mama mea, de exemplu, la începutul vieții mele de femeie adultă, până să ajung la un echilibru și la recunoștință. Dar cred că am judecat-o mai mult pentru alegerile pe care le-a făcut în privința vieții ei personale, atunci când am ajuns femeie adultă și le-am comparat cu alegerile pe care le aveam eu de făcut. Ulterior însă, tot ce-am judecat am ajuns să privesc cu foarte multă recunoștință. Mai mult, am repetat aceleași „greșeli” pe care i le judecam acum 20 de ani.

În cultura noastră avem convingerea că e un păcat să-ți judeci părinții, și e o credință pe care nu o regăsim doar la noi. În majoritatea popoarelor orientale, de pildă, există foarte multă recunoștință față de vârstnici și foarte mult respect. Într-un fel, are sens această regulă și voi explica de ce.

A judeca pe cineva înseamnă a te poziționa deasupra acelei persoane, a vedea lucrurile în alb și negru, în bine și rău. Dar, la un nivel mai înalt, binele și răul se contopesc în ceva ce se află întotdeauna în echilibru. Avem tendința să judecăm, bunăoară, că unul dintre părinți ne-a spus anumite cuvinte grele. Și poate că da, dacă ne uităm doar la cuvintele respective, ele sunt dureroase. Totuși, ar trebui să ne mai punem o întrebare: ce s-a întâmplat în noi odată ce am auzit cuvintele acelea, ce anume au adus bun? Fiindcă ceva tot au adus bun, chiar dacă nu în acel moment, ci poate mai târziu.

Pe de altă parte, mintea ne joacă feste și generalizează. Am auzit foarte mulți adulți spunând lucruri de genul: „tata mă critica *mereu*”, „mama nu făcea *niciodată* de mâncare”, „casa noastră era *mereu* foarte murdară”, „mi-am petrecut *toată* copilăria în fața televizorului”. Nu neg că ar putea fi preponderent adevărate aceste afirmații, dar merită să ne punem memoria puțin la îndoială. Adică, serios: chiar *mereu* erai criticat de tatăl tău? Dacă îți poți aminti măcar un singur exemplu al unui comportament de susținere, afirmația inițială nu mai stă în picioare. Și chiar *niciodată* nu gătea mama ta? După câteva întrebări suplimentare, putem afla cu surprindere că mama respectivei persoane gătea extraordinar, dar numai când veneau musafiri, de Paște și de Crăciun. Și cu siguranță un copil n-a stat *toată* copilăria în fața televizorului, atâta

vreme cât a fost hrănit, plimbat, dus la grădiniță și probabil îngrijit când a fost bolnav.

De aceea nu cred că ar trebui să ne grăbim să ne judecăm părinții, ci să-i înțelegem, în primul rând, pentru că prin alegerile lor, oricare ar fi fost ele, ei au considerat că ne fac nouă un bine. Și nu vorbim aici despre oameni cu dereglări de ordin psihiatric, nici despre cei cu tulburări din spectrul narcisist sau psihopați, ci despre oameni care au făcut cât de bine au putut în condițiile date, cu resursele pe care le-au avut la dispoziție. Așa cum tatăl meu a considerat că nu e bine să-ți săruți copiii decât în somn, ca să nu-i răsfeti, alți părinți consideră că, atâta vreme cât copilul e sub acoperișul lor, va face așa cum i se spune, fără să crâcnească.

Putem comenta și analiza toate aceste convingeri, le putem pune într-un echilibru, ca să vedem ce se întâmplă cu ele pe termen lung, să înțelegem dacă ar avea sens să le păstrăm când ajungem părinți la rândul nostru, fiindcă unele chiar nu au sens sau nu ne ajută. Dar nu putem să judecăm generațiile din trecut pentru ce au făcut. Putem să ne uităm doar cu recunoștință la darul vieții pe care ni l-au oferit și la tot ce am primit de la părinții noștri. Iar dacă suntem un strop mai conștienți decât au fost ei, în sensul să înțelegem ce putem păstra bun din ce ne-au oferit și ce să schimbăm – și mai ales de ce –, atunci înseamnă că am făcut un salt înainte.

Iar acest salt se vede cu ochiul liber. Suntem primele generații care își pun problema propriului echilibru, a găsirii unui scop în viață, a obținerii cooperării copilului prin alte mecanisme decât frica sau obediința, și lista de obiective poate continua. E nevoie de timp, dar suntem pe drumul cel bun.

**Care sunt cele mai mari temeri ale părinților? Ce te face pe tine să te temi acum, ca mamă?**

Una dintre fricile mele a fost să nu se rănească copilul meu sau să pățească fizic ceva rău. Amos a fost dintotdeauna un copil dornic să-și pună puterile la încercare: a învățat să meargă de foarte devreme, a vorbit de foarte devreme și a avut mereu multă, foarte multă energie. Nu puteam să stau prea mult liniștită în preajma lui, pentru că dacă mă așezam pe o bancă în parc, de exemplu, și întorceam ochii de la el preț de un minut să vorbesc cu o altă mamă, în acel minut ajungea în cealaltă parte a parcului.

A fost o provocare serioasă și eram mereu într-o stare de prezență și vigilență, în așa fel încât să-l salvez să nu cadă în cap, să nu se rănească, să nu sară în fața mașinii sau să se arunce în piscină. Pe scurt, în toată bucuria lui de a descoperi lumea, era un copil foarte solicitant fizic. În plus, cu o uriașă nevoie de competență, îmi adresa zeci de întrebări pe zi. Asta a fost cea mai mare teamă a mea o perioadă destul de lungă, până când a învățat să-și pună singur limite, să devină mai prudent și să agreăm anumite reguli pe care să le și respecte. De exemplu, cum traversăm șoseaua și ce facem înainte să pășim pe trecerea de pietoni.

O altă teamă, căpătată de când eram eu copil, e cea de a nu mă face de râs, fiindcă bunele maniere și eticheta erau foarte importante în familia mea. Ca adult, am conștientizat că am această teamă, ceea ce face lucrurile mai ușoare. Prin natura profesiei mele, ca persoană publică, în mod evident, am fost pusă sub lupă continuu pentru felul în care îmi educ propriul copil. Iar Amos, la rândul lui, este tot timpul scanat și observat când ieșim în public, fiindcă lumea e puțin curioasă să vadă cum este copilul Uraniei Cremene.