

DRAMA NEGLIJĂRII EMOȚIONALE DIN COPILĂRIE

Cum o recunoști, cum o depășești

JONICE WEBB
împreună cu
CHRISTINE MUSELLO

Traducere din limba engleză de
ANDREEA VRABIE

Cuprins

<i>Prefață</i>	11
<i>Mulțumiri</i>	13
<i>Introducere</i>	15
<i>Chestionar de neglijare emoțională</i>	21

PARTEA I

CU REZERVORUL EMOȚIONAL GOL

Capitolul 1

De ce nu a fost umplut rezervorul emoțional?	25
<i>Părintele sănătos obișnuit în acțiune</i>	28

Capitolul 2

Neglijarea emoțională – 12 tipuri	37
<i>Tipul 1: Părintele narcisist</i>	38
<i>Tipul 2: Părintele autoritar</i>	43
<i>Tipul 3: Părintele permisiv</i>	50
<i>Tipul 4: Părintele îndoliat: divorțat sau văduv</i>	57
<i>Tipul 5: Părintele dependent</i>	62
<i>Tipul 6: Părintele deprimat</i>	69
<i>Tipul 7: Părintele dependent de muncă</i>	73
<i>Tipul 8: Părintele având un membru al familiei cu nevoi speciale</i>	77
<i>Tipul 9: Părintele orientat spre rezultate/perfecțiune</i>	82

Tipul 10: Părintele psihopat.	87
Tipul 11: Copilul „parentificat“.....	95
Tipul 12: Părintele bine-intenționat, dar neglijat la rândul său	98

PARTEA A II-A FĂRĂ COMBUSTIBIL

Capitolul 3

Copilul neglijat, ajuns la maturitate	105
1. Sentimente de gol interior	107
2. Contra-dependență	113
3. Autoevaluare nerealistă.....	116
4. Lipsă de compasiune față de sine, compasiune din belșug față de alții.....	121
5. Vină și rușine: ce este în neregulă cu mine?.....	125
6. Furie îndreptată către sine, auto-invinovățire.....	128
7. Defect fatal (Dacă mă vor cunoaște cu adevărat, oamenii nu mă vor plăcea)	129
8. Dificultate de a se îngriji pe sine și pe alții.....	133
9. Autodisciplină necorespunzătoare	135
10. Alexitimie: slabă conștientizare și înțelegere a emoțiilor	140

Capitolul 4

Secrete cognitive: problema specială a tendințelor sinucigașe	145
--	-----

PARTEA A III-A

UMPLEREA REZERVORULUI EMOȚIONAL

Capitolul 5

Cum are loc schimbarea.....	159
Factori care stau în calea unei schimbări de succes... ..	160

Capitolul 6

De ce contează sentimentele și ce să faci cu ele.....	163
1. Înțelege scopului și valorile emoțiilor	163
2. Identifică și numește sentimentele.....	165
3. Învață să-ți monitorizezi sentimentele	167
4. Acceptă și ai încredere în propriile sentimente	171
5. Învață să-ți exprimi sentimentele în mod eficient... ..	174
6. Recunoaște, înțelege și dă valoare emoțiilor în relații.	176

Capitolul 7

Îngrijirea de sine	185
Partea întâi. Învață să ai grijă de tine	187
Partea a doua. Îmbunătățirea autodisciplinii.....	213
Partea a treia. Autoreglarea	218
Partea a patra. Compasiunea față de propria persoană.....	223

Capitolul 8

Încheierea ciclului: Oferă-i copilului tău ceea ce tu nu ai primit niciodată.....	229
1. Vina ta părintească	230
2. Schimbările pe care le-ai făcut până acum	232
3. Identifică propriile provocări parentale specifice... ..	233

Capitolul 9

Pentru terapeut	252
Cercetarea	254
Identificarea neglijării emoționale	259
Tratament	266
Rezumat pentru terapeut.....	274
Concluzie.....	274

Resurse pentru recuperare.....	277
Bibliografie	285

Capitolul 1

**De ce nu a fost umplut rezervorul
emoțional?**

„[...] Încerc să atrag atenția asupra contribuției uriașe pe care o are mama bună obișnuită, sprijinită de soțul ei, la dezvoltarea individului și a societății, contribuție realizată prin simplul fapt că este devotată bebelușului ei.”

D.W. Winnicott,

Copilul, familia și lumea exterioară (1964)¹

Nu este nevoie de un guru parental, un sfânt sau, slavă Domnului, un doctorat în psihologie ca să crești un copil să ajungă adult sănătos și fericit. Psihiatrul de copii, cercetătorul, scriitorul și psihanalistul Donald Winnicott a subliniat adesea această idee în scrierile sale pe parcursul a 40 de ani. Astăzi recunoaștem că tații au o importanță egală în dezvoltarea unui copil, dar semnificația observațiilor lui Winnicott despre maternitate rămâne în esență aceeași: există o cantitate *minimală* de conexiune emoțională parentală, empatie și atenție continuă necesare pentru a alimenta creșterea și dezvoltarea copilului, astfel încât acesta să devină un adult sănătos și conectat din punct de vedere emoțional. Dacă primește mai puțin, copilul devine un adult care se luptă din punct de vedere emoțional – are succes în exterior,

1. D. W. Winnicott, *Copilul, familia și lumea exterioară*, Traducere de Nicoleta Dascălu, Editura Trei, 2013 (n.red.).

poate, dar este gol, îi lipsește ceva în interior, ceva ce lumea nu poate vedea.

În scrierile sale, Winnicott a inventat termenul bine-cunoscut de „mamă suficient de bună“, pentru a descrie o mamă care satisface nevoile copilului ei. Un model parental „suficient de bun“ ia multe forme, însă toate recunosc nevoia emoțională sau fizică a copilului în orice moment, în orice cultură, și fac o treabă „suficient de bună“ să le satisfacă. Majoritatea părinților sunt suficient de buni. Ca toate animalele, noi, oamenii, știm instinctiv să creștem urmași puternici. Dar ce se întâmplă atunci când circumstanțele vieții interferează cu educația parentală? Sau atunci când părinții înșiși nu sunt sănătoși sau au defecte semnificative de caracter?

Ai fost crescut de părinți „suficient de buni“? Până la sfârșitul acestui capitol, vei ști ce înseamnă asta și vei putea răspunde singur la această întrebare.

Dar până atunci...

Dacă ești părinte, s-ar putea să te identifice atât cu *eșecurile* parentale prezentate în această carte, cât și cu experiența emoțională a copilului din exemplele date (pentru că ești, fără îndoială, aspru cu tine însuși.) Prin urmare, te rog să acorzi o atenție deosebită următoarelor idei:

În primul rând

Toți părinții buni se fac uneori vinovați de neglijarea emoțională a copiilor lor. Nimeni nu e perfect. Toți ajungem să fim obosiți, nervoși, stresați, distrași, plictisiți, confuzați, deconectați, copleșiți sau răniți în alte moduri, când și când. Asta nu ne face părinți neglijenți din punct de vedere emoțional. Părinții neglijenți din

punct de vedere emoțional se disting în unul din două moduri și, adesea, în ambele: fie își dezamăgesc emoțional copilul într-un mod critic într-un moment de criză, provocându-i acestuia o rană care nu poate fi niciodată reparată (eșec empatic acut), SAU sunt complet orbi în fața unui anumit aspect al nevoii copilului, pe parcursul dezvoltării copilăriei sale (eșec empatic cronic). Fiecare părinte din lume își poate aminti un moment stingheritor, când știe că și-a dezamăgit copilul. Dar răul vine din totalitatea momentelor importante în care părinții neglijenți din punct de vedere emoțional sunt surzi și orbi la nevoile emoționale ale copilului lor în creștere.

În al doilea rând

Dacă ai fost într-adevăr neglijat din punct de vedere emoțional și ești părinte la rândul tău, există șanse mari ca, pe măsură ce citești această carte, să începi să vezi câteva moduri în care ai transmis mai departe copilului tău torța neglijării emoționale. Dacă-i așa, atunci este extrem de important să realizezi că nu *este vina ta*. Deoarece această forță este invizibilă, perfidă și trece cu ușurință din generație în generație, este extrem de puțin probabil și extrem de dificil să o întrerupi, dacă nu devii conștient în mod explicit de ea. Pentru că citești această carte, ești deja cu ani lumină înaintea părinților tăi. Ai ocazia să schimbi tiparul și profiți de ea. Efectele neglijării emoționale sunt reversibile. Iar tu urmează să înveți cum să inversezi aceste tipare parentale pentru tine și pentru copiii tăi. Continuă să citești. *Nu este permisă învinovățirea de sine.*

Părintele obișnuit în acțiune

Importanța emoțiilor în educația parentală sănătoasă este cel mai bine înțeleasă prin teoria atașamentului. Teoria atașamentului descrie modul în care nevoile noastre emoționale de siguranță și conexiune sunt satisfăcute de părinții noștri încă din fragedă pruncie. Multe moduri de a privi comportamentul uman s-au dezvoltat din teoria atașamentului, dar majoritatea își datorează ideile teoreticianului inițial al atașamentului, psihiatrul John Bowlby. Modul în care a înțeles acesta legătura părinte-copil provine din mii de ore de observare a părinților și copiilor, începând cu mamele și sugarii. Teoria lui sugerează, pur și simplu, că, atunci când un părinte recunoaște în mod eficient și satisface nevoile emoționale ale copilului său în copilărie, se formează și se menține un „atașament sigur“. Acest atașament primordial formează baza unei imagini de sine pozitive și a unui sentiment de bunăstare generală de-a lungul copilăriei și până la vârsta adultă.

Privind sănătatea emoțională prin prisma teoriei atașamentului, putem identifica trei abilități emoționale esențiale la părinți:

- 1) Părintele simte o **legătură emoțională** cu copilul.
- 2) Părintele **acordă atenție** copilului și îl vede ca fiind o persoană unică și separată, mai degrabă decât, să zicem, o extensie a sa, o proprietate sau o povară.
- 3) Folosind acea **conexiune emoțională** și **acordând atenție**, părintele **răspunde în mod competent** la **nevoia emoțională** a copilului.

Deși aceste abilități sună simplu, în combinație sunt un instrument puternic, care ajută copilul să învețe și să-și

gestioneze propria natură și care creează o legătură emoțională sigură, menită să-l ducă pe copil până la vârsta adultă, astfel încât să poată înfrunta lumea cu sănătatea emoțională necesară pentru o maturitate fericită. Pe scurt, atunci când părinții sunt atenți la natura emoțională unică a copiilor lor, ei cresc adulți puternici din punct de vedere emoțional. Unii părinți sunt capabili să facă acest lucru intuitiv, dar alții pot deprinde aceste abilități. Oricum ar fi, copilul nu va fi neglijat.

ZEKE

Zeke este un elev de clasa a treia precoce și hiperactiv, cel mai mic dintre cei trei copii ai unei familii afabile și iubitoare. În ultimul timp, a avut probleme la școală pentru că „răspunde obraznic“. Într-o astfel de zi, el vine acasă cu un bilet de la învățătoare pe care este descrisă infracțiunea sa în următoarele cuvinte: „Zeke a fost lipsit de respect astăzi.“ Mama lui îl roagă să se așeze și îl întreabă ce s-a întâmplat. Pe un ton exasperat, el îi povestește că, pe când era în pauză, doamna Rollo i-a spus să nu mai încerce să țină în echilibru pe deget un creion cu vârful în sus, pentru că s-ar putea „înțepa în față“. Băiatul s-a încruntat și i-a ripostat doamnei Rollo spunându-i că ar trebui să se aplece „peste creion cu fața toooooocmai așa“ (a zis, demonstrând) ca să se înțepa în față, și că el nu este „atât de prost“. Drept răspuns, doamna Rollo i-a confiscat creionul, i-a scris numele la avizier și l-a trimis acasă cu un bilet pentru părinți.

Înainte de a descrie cum a răspuns de fapt mama lui Zeke, hai să ne dăm seama ce are nevoie Zeke să primească din interacțiunea părinte-copil: este supărat din cauza incidentul cu învățătoarea sa, pe care în general o place, așa că are nevoie de empatie; pe de altă parte, trebuie să învețe și ceea ce așteaptă

profesorii de la el pentru a reuși la școală. În cele din urmă, ar fi de ajutor dacă mama lui ar observa (atenție emoțională) că, în ultima vreme, băiatul este foarte sensibil la „a fi tratat ca un bebeluș”, deoarece fratele și sora lui mai mari nu prea îl bagă în seamă din cauza vârstei sale. Mama lui Zeke are nevoie de aceste trei abilități – să simtă o conexiune, să acorde atenție și să răspundă competent – pentru a-l ajuta pe Zeke cu problema lui.

Iată cum a decurs conversația dintre mamă și fiu:

Mama:

— Doamna Rollo nu a înțeles că ți-a fost rușine că ea a crezut că ai putea fi atât de fraier încât să-ți scoți ochiul cu un creion. Însă, atunci când profesorii îți cer să nu mai faci ceva, motivul nu contează. Treaba ta este să te oprești.

Zeke:

— Știu! Am încercat să-i spun asta, dar nu-a vrut să mă asculte!

Mama:

— Da, știu cât de frustrat ești când oamenii nu te lasă să vorbești. Doamna Rollo nu știe că ai de-a face cu fratele și sora ta, care nu prea te ascultă nici ei în ultima vreme.

Zeke se relaxează puțin, ca răspuns la faptul că mama sa a înțeles:

— Da, m-a frustrat rău și pe urmă mi-a luat creionul.

Mama:

— Trebuie să fi fost greu pentru tine. Dar, vezi tu, clasa doamnei Rollo este foarte mare și nu are timp să discute despre lucrurile astea așa cum avem noi acum. Este **foarte** important ca, atunci când orice adult de la școală îți cere să faci ceva, să faci acel lucru imediat. O să încerci să faci ceea ce ți se cere fără să mai răspunzi, Zeke?

Zeke:

— Da, mami.

Mama:

— Bine! Dacă faci ceea ce îți cere doamna Rollo, nu vei avea niciodată probleme. Apoi, poți să vii acasă și să te plângi, dacă tu crezi că a fost nedrept. E în regulă. Dar, ca elev, respectul înseamnă să cooperezi cu ceea ce-ți cere doamna învățătoare.

Răspunsurile intuitive ale mamei din conversația de mai sus ne oferă un exemplu complex de educație sănătoasă, armonizată emoțional, care duce la adultul sănătos și fericit pe care îl descrie Winnicott. Ce a făcut ea mai exact?

- În primul rând, ea s-a conectat emoțional cu fiul ei, cerându-i să-i spună ce s-a întâmplat *înainte* să reacționeze. Fără rușinare.
- Apoi, l-a ascultat cu atenție. Când a vorbit prima dată, ea i-a oferit o regulă simplă, pe care un copil de opt ani o poate înțelege: „Când un profesor îți cere să faci ceva, îi dai ascultare imediat.” Aici, mama este instinctiv conștientă de stadiul de dezvoltare cognitivă a lui Zeke, oferindu-i o regulă generală pe care să o folosească la școală.
- Imediat după ce formulează regula, ea reacționează cu empatie și îi numește emoția („Doamna Rollo nu a înțeles că ți-a fost rușine...”). Auzind-o pe mama sa denumind emoția, Zeke este capabil să-și exprime mai mult din emoție mamei sale („Știu! Am încercat să-i spun asta, dar nu m-a ascultat!”).
- Din nou, mama îi răspunde lui Zeke numind sau etichetând emoția care a determinat comportamentul nepoliticos al lui Zeke față de învățătoarea lui, comportamentul de a o contrazice, perceput ca lipsă de

respect („Da. Știu cât de *frustrat* ești când oamenii nu te lasă să vorbești...”).

- Zeke, simțindu-se înțeles, repetă pentru sine numele acestei emoții: „Da, m-a *frustrat* rău și pe urmă mi-a luat creionul.”
- Dar mama încă nu a terminat. În această conversație, ea îi demonstrează lui Zeke că îl înțelege și că empatizează cu el și că îi vede comportamentul într-un mod diferit față de învățătoarea sa. Însă nu se poate opri aici, pentru că tendința lui de a dezbate (probabil urmare a vieții alături de doi frați mai mari foarte vorbăreți) va continua să fie o problemă pentru Zeke la școală, dacă nu și-o corectează. Așa că mama îi spune: „Este foarte important ca, atunci când orice adult de la școală îți cere să faci ceva, să faci acel lucru imediat.”
- În cele din urmă, ea îl face pe fiul ei răspunzător pentru comportamentul său, pregătind scena pentru viitoarele verificări asupra naturii sale înflăcărâte, întrebându-l: „O să încerci să faci ceea ce ți se cere fără să mai răspunzi, Zeke?”

Într-o conversație aparent simplă, mama a evitat să-l facă de rușine pentru o greșeală și i-a numit sentimentele, creând învățarea emoțională care îi va permite lui Zeke să-și gestioneze singur emoțiile în viitor. Totodată, ea l-a susținut emoțional, i-a transmis o regulă socială și i-a cerut să fie responsabil de respectarea ei. Și, în cazul în care Zeke va repeta acest comportament la școală, mama își va ajusta mesajul și acțiunile pentru a se adapta la provocările pe care le întâmpină Zeke în clasă.

Ține-l minte pe Zeke, pentru că ne va ajuta de mai multe ori să ilustrăm diferențele dintre *parentingul* sănătos și cel neglijent emoțional.

Iată un alt exemplu:

KATHLEEN

De multe ori, neglijarea emoțională dăunătoare este atât de subtilă în viața unui copil încât, deși ea poate fi activă în fiecare zi, este abia observabilă, ascunzându-se deseori sub masca atenției sau chiar a indulgenței.

Kathleen este o tânără căsătorită recent, o asistentă executivă de succes, cu un salariu bun într-o companie mică, nou-înființată, în domeniul tehnologiei. Și-a convins soțul să cumpere împreună o casă în orașul în care locuiesc părinții ei. Cu toate acestea, așa cum a dezvăluit și în terapie, era conștientă că mama ei o supăra deseori. Era nedumerită de propria decizie. A recunoscut că mama ei cerea întotdeauna extrem de multă atenție și era conștientă că se simțea vinovată față de ea, indiferent de câtă atenție i-ar fi acordat. Când a început terapia, în culmea succesului și a fericirii – casă nouă, soț nou, o slujbă grozavă –, Kathleen se simțea inexplicabil de deprimată. Se simțea deopotrivă rușinată și derutată de acest sentiment, deoarece „nu avea niciun motiv să se simtă așa”. Ceea ce urmează este un bun exemplu despre cum se ascunde neglijarea emoțională, nu în ceea ce s-a întâmplat, ci în ceea ce *nu s-a întâmplat*.

În urmă cu 25 de ani, Kathleen, în vârstă de cinci ani, stă pe plajă și face fericită castele de nisip, împreună cu tatăl ei. Singurul copil al unui cuplu tânăr de succes, locuind într-o casă impecabil restaurată din New England, oamenii îi spun

adesea cât de norocoasă este. Tata este inginer, iar mama și-a reluat studiile și a devenit învățătoare. Călătoriile în locuri exotice și manierele stricte fac parte din viața lui Kathleen. Mama lui Kathleen, o croitoreasă excelentă, îi face haine. Adesea, poartă haine asortate, mamă-fică. Petrec o grămadă de timp împreună. Dar acum, în vacanță, a părăsit șezlongul de lângă mama ei. De ce? Pentru că tatăl ei tocmai a invitat-o să se joace împreună. Are ocazia rară și plăcută de a face ceva special împreună cu el. Încep să sape o groapă, adună nisipul și formează primul etaj al castelului lor de nisip.

După un timp, mama își ridică privirea din carte și, de pe șezlongul ei, spune cu severitate:

— Gata cu joaca în nisip cu tata, Kathleen. Tatăl tău nu vrea să fie nevoit să se joace cu tine toată ziua lui liberă! Vino aici să-ți citesc ceva.

Atât tatăl, cât și fiica ridică privirea mirați. Urmează o scurtă pauză. Apoi, tatăl se ridică și își scutură nisipul de pe genunchi, de parcă și el ar trebui să se supună.

Kathleen se simte tristă când se termină joaca, dar se simte și egoistă. Mama are grijă de amândoi, iar Kathleen nu ar trebui să-și epuizeze tatăl. Se așază ascultătoare pe șezlongul ei mai mic, asortat. Mama începe să-i citească. După un timp, ascultând povestea, lui Kathleen îi trece dezamăgirea.

În ședințele de terapie, Kathleen a vorbit despre această amintire în timp ce explica relația distantă pe care a avut-o dintotdeauna cu tatăl ei. Dar când a ajuns la partea în care tatăl ei s-a ridicat și a început să-și scuture nisipul de pe genunchi, ochii i s-au umplut de lacrimi.

— Nu știu de ce mă întristează atât de mult această imagine, a spus ea.

Am rugat-o să se concentreze pe tristețea ei și să se gândească la ce altceva ar fi putut face mama sau tatăl ei diferit în ziua aceea. În acel moment, Kathleen a început să vadă că a

fost dezamăgită frecvent de *amândoi* părinți. Nu a fost greu să-mi dau seama ce ar fi vrut ea să fie diferit în ziua aceea. Și-a dorit doar să fi putut continua să se joace în nisip cu tatăl ei.

Dacă mama ei ar fi fost acordată emoțional cu Kathleen:

Mama ridică privirea din carte, în timp ce Kathleen și tatăl ei se joacă și, rezemată de brațul șezlongului, spune zâmbind:

— Uau, dar chiar v-ați apucat să săpați, nu glumă! Haide, vreți să vă arăt eu cum se construiește un castel de nisip?

Sau

Dacă tatăl ei ar fi fost acordat emoțional:

Mama își ridică privirea din carte după un timp și, de pe șezlongul ei, spune cu severitate:

— Gata cu joaca în nisip cu tata, Kathleen. Tatăl tău nu vrea să fie nevoit să se joace cu tine toată ziua lui liberă! Vino aici să-ți citesc ceva.

Atât tatăl, cât și fiica ridică privirea. Urmează o scurtă pauză. Tata zâmbește larg, mai întâi soției sale și apoi lui Kathleen.

— Glumești? Nu îmi doresc decât să mă joc cu fata mea pe plajă! Vrei să ne ajuți să săpăm, Margaret?

Important de observat la amândouă aceste „corecții” este că ele se încadrează bine în gama abilităților obișnuite, naturale de parenting. Conversații ca acestea au loc tot timpul. Însă, în absența unei astfel de validări a importanței copilului pentru părinte, dacă un copil este făcut să se simtă rușinat pentru că dorește sau are nevoie de atenție din partea unui părinte sau a altuia suficient de des, el *va crește și va ajunge să nu fie conștient de multe dintre nevoile sale emoționale*. Din fericire, adultul Kathleen a ajuns să recunoască că există un motiv pentru furia pe care o simțea față de mama ei. A înțeles

că, în toți acești ani, în culisele relației lor mamă/fică s-a ascuns lipsa de acordare emoțională a mamei ei cu ea. Când Kathleen a recunoscut că furia ei era legitimă, s-a simțit mai puțin vinovată că simțea această furie. Și-a dat seama că era în regulă să înceteze să se mai îngrijească de mama sa și să înceapă să facă ceea ce este bine pentru ea și soțul ei. De asemenea, Kathleen a înțeles limitările mamei sale și a început să încerce să repare relația lor.

Un alt aspect important este acela că părinții lui Kathleen nu au comis nicio încălcare gravă a regulilor de parenting. „Greșeala” lor este atât de subtilă, încât probabil niciunul dintre ei nu a bănuțit că o va afecta negativ pe fiica lor. De fapt, probabil că nu făceau altceva decât să trăiască în tiparele care le-au fost transmise din propria copilărie. Acesta este pericolul neglijării emoționale: oameni perfect în regulă, care își iubesc copilul, fac tot ce e mai bine pentru acesta, dar îi transmit, în același timp, copilului lor modele accidentale, invizibile, cu potențial dăunător. În această carte, scopul nu este să dăm vina pe părinți. Ci doar să ne înțelegem părinții și cum ne-au afectat.

Acum, că ai înțeles diferența dintre parenting sănătos și cel neglijent, să trecem la tipurile specifice de părinți neglijenți. Pe măsură ce citești această secțiune, vezi dacă îți poți recunoaște propriii părinți printre aceștia.

Capitolul 2

Neglijarea emoțională – 12 tipuri

Există un număr infinit de moduri în care un părinte își poate dezamăgi copilul, din punct de vedere emoțional. Sunt atât de multe, încât ar fi imposibil să le acoperim pe toate în această carte. Putem însă să aruncăm o privire asupra celor mai relevante categorii de părinți. Te rog să citești următoarele rânduri și să înțelegi că părinții tăi pot avea trăsături de la un tip combinate cu trăsături ale altuia. Chiar dacă ai impresia că ți-ai recunoscut părinții după ce ai citit despre primul tip, poate fi totuși util să citești până la sfârșitul capitolului. Este foarte posibil tocmai în Tipul 9 ceva ce ai trăit chiar tu, asta după ce ți-ai identificat deja părinții ca fiind Tipul 5, de exemplu. Toate aceste exemple sunt menite să fie „combinat și asortat”, deși majoritatea părinților se potrivesc predominant într-un singur tip identificabil.

Am păstrat cea mai mare categorie pentru final: părinții Bine-Intenționați-Dar-Neglijați-la-rândul-lor (BIDN). Această categorie include foarte mulți părinți, care își dezamăgesc copilul din punct de vedere emoțional, dar care au cele mai bune intenții. Au în vedere interesul superior al copiilor lor. Își iubesc realmente copiii, în mod autentic. Însă pur și simplu nu știu cum să le ofere acestora ceea ce au nevoie. Dacă ai