

**LIBRIS**

We know  
books

MÍRIAM TIRADO

# Crizele de furie ale copiilor

Strategii pentru a le gestiona  
cu prezență, umor și iubire

Traducere din limba spaniolă de  
ANCA COMAN DOICIN



## Cuprins

<i>Prolog</i> .....	13
<i>Introducere</i> .....	18
Capitolul 1. <b>Când totul era ușor</b> .....	21
Unde e fiica mea? .....	24
Violența care există în mine .....	28
Când ajungi la capătul puterilor .....	35
Capitolul 2. <b>Ce este un tantrum</b> .....	42
Bine, dar se pot evita? .....	44
Normal sau anormal. Povara părinților .....	47
Tantrumuri: de când până când .....	51
De ce se înfurie atât de tare? .....	57
Ce ascunde un tantrum .....	60
Frica, originea a aproape orice .....	64
Tantrumul ca oportunitate .....	68
Capitolul 3. <b>Cum sunt copiii?</b> .....	71
Sunt miciți .....	74
Sunt imaturi .....	75
Sunt egocentrice .....	77
Eu nu gândesc ce gândești tu .....	82
Ei trăiesc prezentul .....	84

Ei sunt numai emoție . . . . .	87
Ei sunt joacă și magie . . . . .	89
Le lipsește limbajul . . . . .	93
Au nevoi care cer a fi satisfăcute . . . . .	96
„Ditamai găinile“ . . . . .	101
<b>Capitolul 4. Nu ești tu de vină, eu sunt</b> . . . . .	104
De ce doar mie? . . . . .	107
De ce face așa, dacă ne purtăm frumos cu el? . . . . .	111
Fără repere . . . . .	115
O nouă perspectivă și un nou preț de plătit . . . . .	117
Mame și tați frustrați, fetițe și băieți frustrați . . . . .	124
Marile necunoscute . . . . .	128
Emoții fără judecăți . . . . .	130
Și când le voi simți, ce fac? . . . . .	134
Când simți . . . . .	140
<b>Capitolul 5. Cel mai important lucru când însoțești</b> <b>un tantrum</b> . . . . .	143
Să permiți ca ceea ce este să fie . . . . .	149
A izbucnit „tornada emoțională“. La ce ești co-creator? . . . . .	153
Emoție versus comportament . . . . .	159
<b>Capitolul 6. Limitele</b> . . . . .	163
Povestea noastră . . . . .	165
Mai întâi ai noștri . . . . .	169
Dă formă limitei . . . . .	175
Ce limite . . . . .	177
Câte limite . . . . .	182
Cum să impui limite . . . . .	184
Când nu ascultă . . . . .	190
<b>Capitolul 7. Cum să acționăm</b> . . . . .	198
Când există spectatori . . . . .	217

<b>Capitolul 8. Lipsa autocontrolului la ei și la noi</b> . . . . .	223
Resurse pentru autocontrolul nostru . . . . .	226
Resurse pentru autocontrolul lor . . . . .	245
Dreptul tău la „istericale“ . . . . .	257
Ce nu trebuie să faci . . . . .	260
<b>Capitolul 9. Să cobori cu picioarele pe pământ</b> . . . . .	264
Orare și rutine . . . . .	267
Tantrumuri de dimineață . . . . .	272
Tantrumuri în timpul meselor . . . . .	289
Tantrumuri din cauza ecranelor . . . . .	299
Tantrumuri în parc . . . . .	303
Ora de baie . . . . .	306
La culcare! . . . . .	309
<b>Capitolul 10. Iubire sau dependență?</b> . . . . .	315
Totul începe în tine . . . . .	319
Mă vezi? Mă ascuți? Mă iubești? . . . . .	326
Dă drumul și eliberează-te . . . . .	332
Muntele cu milioane de vârfuri . . . . .	336
<i>Epilog</i> . . . . .	342

## PROLOG

---

**E**xistă o veche dezbatere despre natura umană, care este reprezentată în mod special de pozițiile opuse a doi filosofi: Thomas Hobbes și Jean-Jacques Rousseau (secolele al XVII-lea și, respectiv, al XVIII-lea). Pentru primul, omul era în mod inerent rău și violent și avea nevoie de stat pentru a-și domina instinctele; dimpotrivă, pentru al doilea, ființele umane erau în mod natural bune și pașnice, iar societatea era cea care le corupea.

Societatea noastră s-a dezvoltat sub o puternică influență a credințelor religioase, care ne atribuie încă de la naștere un păcat original, păcat ce trebuie răscumpărat, și care ne-au învățat, în plus, să ne punem la îndoială propria natură esențială. Chiar dacă, la nivel conștient, aceste convingeri pot părea depășite, ele rămân pe deplin prezente în inconștientul colectiv și ne influențează felul în care ne percepem pe noi înșine, precum și capacitatea de a avea încredere în noi și de a ne ghida mai degrabă după propria intuiție, nu după standardele de comportament acceptate social. Hobbes a câștigat disputa.

Din acest punct de vedere, copiii sunt percepuți ca ființe cu instincte ce trebuie reprimite, modelate și dresate pentru a fi „socializați“. Nu este de mirare că, în ceea ce privește creșterea copiilor, s-a dezvoltat paradigma educației tradiționale

adultocentrice (ca s-o cităm pe autoare), bazate pe controlul comportamentului copiilor prin frică, țipete, amenințări, vinovăție, mită, șantaj și chiar justificarea agresiunii fizice.

Încă din primul minut de lectură a acestei cărți, Míriam ne transmite foarte clar încrederea sa în natura fundamental bună a ființei umane, susținând în mod special această calitate în cazul copiilor – ființe umane complete, dar imature, care merită tot respectul și întreaga noastră atenție. Nu este vorba despre a-i lăsa „în libertate“, presupunând că, în absența influenței corupătoare a adulților, vor fi în stare să-și dezvolte talentele, așa cum ar susține Rousseau, ci dimpotrivă: este vorba despre a-i însoți îndeaproape, cu respect, empatie și asertivitate, astfel încât să-și poată atinge întregul potențial.

Este important să pătrundem în lumea lor, s-o înțelegem și, pornind de acolo, să creăm un spațiu de siguranță în care copiii să poată gestiona, traversa și depăși toate dificultățile ce apar în procesul lor de dezvoltare. Și cel mai important: Míriam ne propune acest tip de sprijin bazându-se pe dezvoltarea propriei noastre conștiințe, prezențe și autenticități.

Nu este vorba despre aplicarea unor metode bine structurate, documentate și validate deja de studii prestigioase. Provocarea este mult mai profundă: stabilirea unui angajament față de introspecție și autocunoaștere; conectarea cu propria noastră percepție corporală pentru a ne identifica clișeele și tiparele de gândire inconștiente; ordonarea lumii noastre interioare, conștientizarea, eliberarea și vindecarea de blocajele emoționale pe care le târâm după noi încă din copilărie, astfel încât să-i putem însoți pe „micuții noștri“ fără a-i face responsabil pentru prejudecățile și limitările noastre.

Este cu adevărat nevoie de o atenție profundă și conștientă pentru a nu ne lăsa duși de „această credință nedreaptă,

falsă, simplistă, adultocentrică, lipsită de respect și de orice fundament, conform căreia copiii sunt cruși și profită de orice ocazie pentru a ne manipula“, mai ales atunci când ne confruntăm cu provocarea principală a acestei cărți: să-i însoțim pe copiii noștri în etapa intensă a tantrurilor.

Pornind de la o cunoaștere profundă a psihologiei copilului și folosind un limbaj simplu, dar profund, Míriam ne ajută să înțelegem lumea interioară a copiilor și modul în care aceștia percep realitatea. Ne ajută să conștientizăm prăpastia care există adesea între felul în care înțelege un adult ceea ce se întâmplă în realitatea cotidiană și modul în care percepe un copil aceleași evenimente. Face acest lucru oferindu-ne exemple concrete și împărtășindu-ne chiar propriile experiențe și trăiri într-un mod simplu și sincer. Ne propune strategii de acțiune, dar mai ales ne încurajează să depășim frica de introspecție și să ne concentrăm atenția asupra percepției și înțelegerii clare a propriilor noastre reacții și „motive“, bazându-ne pe respectul și stima de sine, ceea ce ne ajută să acționăm mai puțin din impuls și mai mult din conștientizare și empatie.

Pentru a se asigura că înțelegerea textului nu rămâne doar la nivel intelectual, autoarea ne propune, din când în când, să ne oprim din lectură și să intrăm în secțiunile „Explorează...“ pentru a deveni conștienți de ceea ce simțim în corp, pentru a încorpora emoțional ceea ce trezește lectura în interiorul nostru.

Există o constantă în această carte: încrederea în capacitatea noastră de a evolua și de a ne transforma, posibilitatea mereu prezentă de a repara legăturile afective cu copiii noștri și, mai ales, de a traversa această etapă într-un mod armonios și împlinit.

Având în vedere această încredere pe care o transmite, cineva ar putea crede că Míriam și-a trăit copilăria într-un

mediu familial ideal și fără dificultăți. Dar să-ți povestesc câteva lucruri...

Am cunoscut-o pe Míriam când tocmai împlinise cinci ani. M-am îndrăgostit profund de mama ei și, foarte curând, realitatea mi-a arătat că odată cu femeia pe care o iubeam venea „la pachet“ și o fetiță. Acum, când îmi amintesc, mă surprinde faptul că nu am avut nicio rețineră în fața acelei situații, așa că, într-un timp scurt, ajunseseam să conviețuiesc alături de cele două, formând un nucleu familial, ca și cum lucrurile ar fi fost dintotdeauna așa.

Trăiam această nouă situație cu naturalețe și entuziasm, dar, sincer să fiu, fără prea multă conștientizare sau reflecție. Nu mi-am propus „să fiu un tată“, deoarece Míriam avea deja unul, prezent în viața ei. Dar, desigur, prin conviețuire s-a creat în mod firesc o relație în care, fără să-mi dau seama, am început să îndeplinesc un rol patern.

Părinții lui Míriam tocmai se despărțiseră, iar relațiile dintre adulți, pe măsură ce ne adaptam la noua situație, erau bune, bazate pe respect, înțelegere și stimă. Am avut întotdeauna o relație bună cu tatăl lui Míriam. Pentru noi, adulții, această tranziție a fost una suficient de echilibrată, dar de multe ori această aparentă armonie nu ne-a permis să vedem dificultățile, suferința, nesiguranța și durerea pe care Míriam le trăia în acea nouă realitate. Căminul cunoscut și sigur se destrăma, iar ea trebuia să se adapteze la o situație nouă, cu alți adulți pe care trebuia să îi cunoască și alături de care era nevoită să trăiască.

Míriam a crescut în acest nou mediu familial. În tot acest timp, am început un lung proces de introspecție, terapie și dezvoltare personală și, pe măsură ce Míriam creștea, sporea și capacitatea mea de a fi prezent, conștient și empatic. Legătura mea cu Míriam s-a consolidat și s-a îmbunătățit zi

de zi. Copiii sunt foarte generoși și aproape lipsiți de resentimente, iartă cu ușurință lipsurile adulților și se apropie cu încredere de adultul de referință atunci când acesta evoluează și își regăsește „direcția“.

Propunerea lui Míriam de a axa procesul de însoțire a copiilor pe creșterea lor, și în special pe tranziția și gestionarea tantrurilor, are multiple beneficii. Punerea accentului pe introspecție și dezvoltare personală nu este doar o modalitate extrem de eficace și pozitivă de a-i ajuta pe copii, ci și o oportunitate pentru părinți și pentru adulții de referință de a se redescoperi și de a-și îmbunătăți viața într-un mod mai echilibrat și mai împlinit.

În același timp, este o ocazie de a îmbunătăți și a consolida legăturile cu adulții din jurul nostru. Este emoționant să observi cum, treptat, familia se restructurează. Fii și fiice, tați, mame, frați, bunici (în cazul nostru, chiar și străbunici), fiecare generație, din propria perspectivă și în propriul moment, își aduce contribuția prin cunoștințele și capacitățile sale, care, la rândul lor, îmbogățesc întreaga familie extinsă, permițând relații armonioase și împlinite.

Bine, nu te mai rețin. Te încurajez să citești, să urmezi și să te lași purtat de călătoria interioară pe care o propune această carte. Sunt convins că, la finalul lecturii, nu doar că vei dobândi o înțelegere care să îți ușureze arta de a-ți însoți copiii în procesul de gestionare a emoțiilor, dar vei simți și o transformare profundă, o creștere personală care te va face o persoană mai liberă și mai împlinită. Așa să fie!

JOSEP M. GARCIA SOLA  
Psiholog, terapeut psihocorporal

## INTRODUCERE

Am pierdut de mult șirul crizelor de furie pe care a trebuit să le gestionez și îți spun asta de la început, ca să nu crezi că eu am fost scutită de ele. Nu, dimpotrivă. Dacă sunt aici vorbind despre tantrumuri și despre cum să le facem față este tocmai pentru că am trecut prin foarte multe. Ba chiar, dacă ar exista o competiție a mamelor și taților care au trăit cele mai multe tantrumuri, cred că aș avea șanse mari să câștig! ☺

Da, știu că și tu crezi că ai avea șanse și, cel mai probabil, așa este. De fapt, nimeni nu scapă de asta și toți suntem în cursa pentru podium. Sau aproape toți. Ca să nu te descurajezi, îți voi spune că există și multe aspecte pozitive în toată această experiență, chiar dacă acum nu îți vine să crezi sau nu îți aduce niciun fel de consolare. Mai târziu, pe parcursul acestei cărți, vei înțelege de ce.

Dar vreau să fie foarte clar, încă de la început, că nu am o baghetă magică ce va face ca toate tantrumurile din casa ta să dispară într-o clipă. Dacă aș fi avut-o, nici eu n-aș fi trecut prin tot ce am trăit și, cel mai probabil, nici nu aș fi scris această carte. În plus, dă-mi voie să-ți spun: dacă cineva îți promite că urmându-i pașii vei scăpa definitiv de ele, să n-ai

încredere. Nu doar pentru că nu cred că este posibil, ci și pentru că nu cred că ar fi un lucru bun.

Să spunem că, prin această carte, nu vreau să elimini tantrumurile celor mici din viața voastră, ci să le poți face mai ușor de suportat, să le înțelegi și să profiți de ele cât mai mult posibil pentru a învăța și a crește împreună. Și, dacă tot suntem aici, să le poți privi cu umor și cu multă iubire și conștientizare.

Este, de fapt, ceea ce m-a ajutat pe mine cu adevărat: să înțeleg tot ce ascunde o criză de furie, să intru în ea, să intru în propria mea criză (pentru că, de multe ori, atunci când copiii noștri sunt furioși, și noi suntem) și s-o explorez în profunzime. Doar cufundându-mă complet în ele am reușit să încep să le gestionez, să nu mă mai tem de ele, să le iubesc. Și, odată cu ele, să-mi iubesc profund și fiicele, chiar și atunci când erau în mijlocul unui tantrum.

Știu deja: nu este ușor și îți jur că nici mie nu mi-a fost. Am plâns uneori simțind că tantrumurile fiicei mele celei mari mă copleșesc, pur și simplu. Presupun că trebuia să ating fundul prăpastiei pentru a intra cu adevărat în „fascinanta” lume a tantrumurilor. Și nu glumesc: este o lume fascinantă, iar în această carte îți voi explica de ce.

Acesta este scopul meu: ca la finalul cărții să trăiești și să privești crizele de furie ale copilului tău ca pe o ocazie de creștere și de transformare, nu ca pe un alt conflict din viața voastră, care vă îndepărtează unul de celălalt. Ca la finalul cărții perspectiva ta să se fi schimbat, să ai o viziune mai conștientă, mai amplă și mai profundă asupra ta și asupra copiilor tăi.

Un lucru care ni se întâmplă adesea este că înțelegem perfect teoria, dar ne este foarte greu să o punem în practică.

Pentru ca acest lucru să nu se întâmple și în cazul acestei cărți, iar lectura ei să te ajute să integrezi ceea ce este expus aici și să genereze o schimbare reală în tine și în modul în care îți însoțești copilul în tantrurile sale, vei găsi în carte și o parte practică. Te voi îndemna, din când în când, să întrerupi lectura pentru a te conecta cu propriul tău corp și pentru ca tot ce ai citit să poată fi apoi trăit în corp și transformat prin înțelegere și conștientizare profundă a propriei tale istorii. Pentru asta, îți propun să ai la îndemână un caiet, în cazul în care vrei să parcurgi acest drum însoțit(ă) de puțină scriere. Uneori, să așternem pe hârtie ceea ce simțim ne ajută să ne ordonăm gândurile și să devenim și mai conștienți de starea noastră interioară. Așadar, dacă vrei, poți nota câteva idei după ce faci exercițiile pe care ți le propun în secțiunile „Explorează“.

Nu vreau ca această carte să fie încă una care stă pe rafturile tale și se umple de praf. Sau să fie una dintre acelea pe care le menționăm atunci când spunem: „Am citit mult și știu teoria, dar când vine vorba despre practică, nu îmi iese“. Nu; scriu aceste pagini cu intenția ca această carte să fie diferită pentru tine și să te ajute să faci cu adevărat o transformare interioară: să-ți schimbe perspectiva, dar nu doar la un nivel teoretic, ci astfel încât în interiorul tău (în corpul, în creierul și în sufletul tău) să se producă acel decluc necesar care să te ajute să aduci armonie între ceea ce crezi că ar trebui să faci și ceea ce faci cu adevărat.

Eu mă voi strădui cât pot și sper să reușesc.

Oricum ar fi, îmi doare foarte mult să fac această călătorie alături de tine. Mă însoțești?

## CAPITOLUL 1

### CÂND TOTUL ERA UȘOR

După o naștere mai mult decât dificilă, epuizantă și complicată, care aproape că m-a băgat în KO tehnic, viața mi-a oferit în dar o alăptare fericită și o adaptare ușoară. După tot ce trăisem în timpul nașterii, totul mi se părea relativ simplu. Ceea ce-i trebuia fiicei mele, Laia, era exact ceea ce îmi venea de la sine să-i ofer: contact, lapte, brațe, privire, susținere, empatie, timp, prezență...

A fost o perioadă liniștită. Multe aspecte ale maternității m-au surprins, unele nu tocmai în mod pozitiv, cum ar fi sentimentul de a fi invizibilă pentru lumea din jur. Dar trebuie să recunosc că primii doi ani din viața ei, pe care i-am petrecut în concediu de maternitate, au fost printre cei mai fericiți și mai plăcuți din viața mea.

Avem un bebeluș care are ochi (aproape) doar pentru mama, este adorabil și zâmbeste la cel mai mic gest, supărările îi trec rapid și este prea mic ca să ne contrazică. Știu că unii dintre voi veți spune că, după douăsprezece luni, bebelușul vostru nu mai era chiar atât de „ușor de gestionat“, dar, în realitate, încă este o vârstă la care copiii fac ceea ce spun părinții.

Poate că protestează puțin, da, dar este ușor să le distragi atenția, să le schimbi direcția și să uite imediat ce s-a întâmplat.

Un bebeluș ne conectează cu vulnerabilitatea, cu fragilitatea, iar instinctul nostru este să-l însoțim, să-l ajutăm, să-l tratăm cu blândețe. Nevoia noastră de a-l îngriji și nevoia lui de a fi îngrijit se întâlnesc și ne netezesc drumul, care, deși este nou și uneori dificil, este și foarte instinctiv.

În aceste momente, dar și atunci când nu avem copii, îndrăznim să judecăm scene precum următoarea: mergi pe stradă sau ești la supermarket ori într-un restaurant și vezi o familie cu o fetiță care se poartă precum personajul posedat din *Exorcistul*. De obicei, vedem un copil scăpat de sub control (nu contează dacă e fată sau băiat, se aplică la ambele sexe) și niște părinți copleșiți, iar atunci ne gândim la ceva de genul: „Dacă vreodată voi avea copii, mie nu mi se va întâmpla asta” sau „Fetița mea minunată nu va face așa ceva, pentru că avem o legătură puternică și ne adorăm reciproc”.

Ultimul lucru pe care ni-l dorim în acel moment este să ne pomenim în situația acelor părinți copleșiți. Nu, nu este deloc plăcut și suntem convinși că nouă nu ni se va întâmpla niciodată. Iar dacă, prin absurd, ni s-ar întâmpla, ceva din noi ne spune că vom ști exact cum să reacționăm și să ieșim cu bine din acea situație.

Sfântă inocență! Sfântă naivitate! Mi-ar plăcea să știu câți părinți au gândit măcar o dată, văzând un acces de furie al unui copil: „Mie așa ceva nu mi se va întâmpla”. Dar cât ai clipi, ne-am trezit exact în aceeași situație sau chiar mai rea și ne-am spus: „Dumnezeule, am ajuns ca acei părinți pe care am îndrăznit să-i judec!”. Sunt sigură că, dacă i-am aduna pe toți părinții care au trecut prin asta, am umple zeci de

stadioane. Maternitatea și paternitatea sunt un adevărat duș de umilință, care pune totul în perspectivă și ne ajută să creștem fără a mai judeca atât de ușor.

Adevărul dur este că nici atunci când nu avem copii, nici când ne ținem bebelușul zâmbitor în brațe, nu avem nici cea mai vagă idee despre cum ne vom simți când va începe să plângă isteric și să țipe în mijlocul unui supermarket. Habar n-avem ce vom simți, cum vom reacționa în acea situație. Ce se va trezi în noi.

Tot ce ne imaginăm sau gândim o facem din perspectiva persoanei care suntem în acel moment precis, iar această persoană, cel mai probabil, nu va avea nimic de-a face cu cea în care ne vom transforma după ce vom avea copii. Tot ce gândim este rodul imaginației și al așteptărilor noastre. Așa stau lucrurile. Atât de simplu și, în același timp, atât de profund.

Dar credem că ceea ce gândim în orice moment despre viitor se va împlini, pentru că ne încredem orbește în gândurile noastre, fără să ne dăm seama că acestea sunt rodul imaginii pe care o avem despre noi într-un moment anume – și această imagine se schimbă de la un minut la altul. Așadar, ceea ce crezi acum despre cum vei reacționa când copiii tăi vor avea cincisprezece ani cel mai probabil nu se va adevăra, pentru că nu știi nici cum vei fi tu atunci și nici cum vor fi ei.

Ah! Și nimeni nu te pregătește pentru asta! Pentru această lecție de umilință, pentru acest sentiment că navighezi spre necunoscut... Nimeni. Și chiar dacă ar încerca cineva să ne pregătească, tot n-ar reuși. Sunt genul de lucruri pe care trebuie să le trăiești ca să înțelegi ce ai face tu în astfel de situații.

Unii zic că „nimeni nu îți spune asta”, dar eu cred că nu e vorba că nimeni nu vorbește despre aceste lucruri (pentru că,

de fapt, mulți o fac, iar internetul e plin de informații), ci mai degrabă că nu suntem pregătiți să le auzim, nici nu este momentul potrivit pentru noi. Chiar dacă ni s-ar spune, tot n-am putea înțelege cu adevărat.

Apoi, într-o zi, dintr-odată și fără avertisment, ceea ce îți se părea atât de simplu și de liniștit – creșterea bebelușului tău – se transformă într-o provocare dificilă, pe care nu știi nici măcar de unde s-o apuci.

Și atunci te întrebi:

„Dar cine mi-a schimbat fiica? Ea nu era așa înainte!”

### UNDE E FIICA MEA?

Îmi amintesc ce am simțit când Laia a intrat în etapa tantrurilor intense. V-aș minți dacă v-aș spune că știu exact ce zi a fost, dar îmi amintesc perfect senzația pe care am avut-o la început. Eram complet debusolată, n-o mai recunoșteam. Uneori era fetița pe care o știam, iar alteori era ca și cum mi-ar fi schimbat cineva copilul. Era o senzație de „unde e? Mi-e dor de cum era înainte... Și acum ce fac?” – cu un fel de teamă ascunsă în suflet.

Aveam impresia că navighez pe ape tulburi, fără să știu prea bine încotro ne îndreptam. Mă simțeam total nesigură. Mult timp, trăisem exact opusul: mă simțeam sigură pe mine și convinsă că știu ce fac. Aveam impresia că știu exact ce nevoi are și trăiam cu sentimentul că „totul este sub control”. Asta îmi oferea liniște, calm și un anumit gust al fericirii și al victoriei. Simțeam că e ușor și că mă descurc „bine”.

Dar după ce a început etapa tantrurilor, îmi amintesc cum îi spuneam tatălui ei când ajungea acasă de la serviciu: „Astăzi am avut în casă două fetițe, iar una dintre ele m-a speriat de-a dreptul!”. La început, îi venea greu să accepte ce-i povesteam. O vedea cum aleargă să-l întâmpine, cu zâmbetul ei larg, dornică să-i arate toate lucrurile noi pe care le făcuse și le învățase în acea zi. Iar lui îi era greu să creadă că aceeași fetiță fusese, cu puțin timp înainte, copleșită de furie în prezența mea. Ceea ce îi spuneam nu se potrivea deloc cu ce vedea el și nici cu imaginea pe care o avea despre ea.

Într-un fel, era frustrant să trăiesc asta și să fiu nevoită să gestionez totul, de cele mai multe ori, singură (mai târziu voi vorbi mai în detaliu despre acest aspect). De multe ori, nici măcar nu înțelegeam de ce se enervează; dintr-odată, fără niciun avertisment, începea să zbiere de parcă n-ar mai fi existat ziua de mâine. Un țipăt atât de ascuțit, încât simțeam că-mi sparge timpanul și îmi pune nervii la încercare. Da, efectiv îmi zdruncina nervii.

Presupun că ți-ai dat seama deja că fiecare copil (și nu doar cei mici!) are o capacitate innăscută de a face exact lucrul care-i irită cel mai mult pe părinții lui. Au acest „talent”, ce să le facem! Nu ca să ne supere intenționat și nici măcar conștient, dar fiecare copil știe exact de ce coardă să tragă pentru ca partea rațională și adultă a părinților lui să sară în aer. De fapt, cred că ne fac un serviciu, obligându-ne astfel să ne mobilizăm și să depășim această iritabilitate. Dar până nu înțelegi asta, ai impresia că fiica ta și, mai exact, tantrurile ei și modul în care și le exprimă te vor doborî.

Așa că am ajuns să cred că cineva mi-a schimbat fetița, sau că are vreo problemă, sau că se întâmplă ceva, pentru că

așa ceva nu poate fi normal. Eram dintre cele care spuneau, în naivitatea lor: „N-a mai făcut așa ceva niciodată“, ca și cum acest lucru ar fi fost vreo garanție pentru ceva. Acum, după ani, râd de mine și de fraza aceea, pentru că desigur că nu mai făcuse așa ceva niciodată – era încă prea mică pentru a avea conștiința a ceea ce vrea și a ceea ce nu vrea. Nu mai făcuse niciodată așa ceva pentru că nu ajunsese încă la etapa tantrurilor; pur și simplu, nu era suficient de matură pentru asta. Râd de mine pentru că citisem atât de mult despre creșterea copiilor, încât credeam că știu deja totul. Că fiecare etapă va fi ușoară și că nu mă voi enerva niciodată pe fiica mea, pentru că știam că e mică. Încă o lecție de umilință!

Dragi părinți, uneori am impresia că ajungem mereu prea târziu la diferitele etape prin care trec copiii noștri. Ne dăm seama că sunt în faza crizelor de furie abia după ce trec zile, săptămâni sau chiar luni bune de când își afirmă voința, ideile și refuzurile. Ne dăm seama că sunt preadolescenți abia când schimbările sunt deja evidente, dar noi încă îi vedeam ca înainte. Ei bine, probabil că așa e viața, dar mi-aș dori să fim mai conștienți de aceste schimbări pe măsură ce se întâmplă, nu doar după ce am petrecut săptămâni întregi în criză pentru că nu ne-am dat seama din timp.

Presupun că asta are legătură cu atașamentul nostru față de permanență. Credem că totul rămâne la fel, că viața nu se schimbă, că moartea nu vine, și nu ne dăm seama că fiecare clipă este plină de viață și de moarte, că fiecare moment vine, durează cât durează și apoi dispăre. Ne imaginăm viața ca pe o linie dreaptă, fără curbe, cotituri, situații neașteptate sau pași înapoi. Și îi vedem pe copiii noștri la fel – ca pe niște

ființe permanente. De câte ori nu ai auzit adulți vorbind despre copiii lor de douăzeci, treizeci sau chiar patruzeci și cinci de ani ca și cum ar fi încă micuții lor de șase ani?

Așa că am încercat să nu rămân blocată în această idee de permanență și să conștientizez cu adevărat că fiica mea se schimbă enorm. Să ai prieteni cu copii de aceeași vârstă are multe avantaje, iar unul dintre ele este că îți confirmă că și ei trec prin exact aceeași situație.

Atunci îți dai seama că este perfect normal ce face fiica ta, ba chiar este cel mai firesc lucru din lume. Dacă prietenii voștri vă spun contrariul și nu trec niciodată prin aceleași situații ca voi, faceți-vă un bine și căutați-vă alți prieteni. Da, uneori dai peste acele persoane care, în loc să empatizeze, te fac să te simți și mai rău, pentru că au copii care dorm neîntrerupt, nu plâng niciodată și mănâncă tot ce li se pune în față. Din acest motiv am făcut videoclipul „Copilul meu doarme toată noaptea“, ca să mai demitez puțin mitul copilului „cuminte“, care doarme fără întreruperi, mănâncă tot și se comportă ca un adult de treizeci de ani.

În cele din urmă, după câteva tantrumuri, după ce am vorbit cu câțiva prieteni sinceri și după ce am căutat răspunsuri în cărți și pe internet (știi că nu ar trebui să faci asta în momente de disperare, dar toți ajungem la Sfântul Google), mi-a picat fisa: nimeni nu mi-a schimbat fiica. Fiica mea a fost așa dintotdeauna. Fiica mea este și va fi așa.

Atunci ți se strânge inima, deoarece înțelegi că, așa cum se întâmplă în astfel de situații, nu-ți place fiica ta. Și te doare inima, pentru că până în acel moment nu ți s-a mai întâmplat niciodată: îți plăcea totul la ea, totul. Iar când conștientizezi că nu îți place cum este când se înfurie, sentimentul vine la