

CONFESIUNILE UNEI MAME IMPERFECTE

Cum îți transformă copiii viața

DR. HARRIET LERNER

Cuvânt-înainte la ediția în limba română de
ANDREEA ESCA

Traducere din limba engleză de
DANA-IOANA CHIRIȚĂ

Cuprins

<i>Cuvânt-înainte la ediția în limba română,</i> de Andreea Esca	9
<i>Mulțumiri</i>	11
<i>Introducere</i> Perspectiva unei mame despre maternitate.	15

Partea I Inițierea

Capitolul 1 Concepția și nașterea: curs intensiv despre vulnerabilitate	21
Capitolul 2 Ești potrivită să fii mamă?	32
Capitolul 3 Apariția bebelușului și alte riscuri legate de parenting. . .	48
Capitolul 4 La răscruce de vânturi: noua <i>lui</i> viață și noua <i>ta</i> viață . . .	73

Partea a II-a Proba focului

Capitolul 5 Destulă vină, mulțumesc!	101
Capitolul 6 Va deveni copilul tău un criminal în serie?	115
Capitolul 7 Cercelul lui Ben și alte lupte pentru putere	132
Capitolul 8 Cum să le vorbești copiilor cu care nu poți să vorbești.	161

Partea a III-a

Copii mari, provocări mari

Capitolul 9

Mâncarea și sexul: când îți transferi problemele în întregime 189

Capitolul 10

Fiica ta e cu ochii pe tine 215

Capitolul 11

„Băiatul mamei“ nu e „băiat rău“ 234

Capitolul 12

Frații, între ei: agonie și extaz 249

Capitolul 13

Peste douăzeci de ani, vor mai vorbi copiii tăi unul cu altul?..... 263

Partea a IV-a

Ce nu ți-a spus niciodată mama ta

Capitolul 14

Ce fel de mamă își urăște vreodată copiii?..... 285

Capitolul 15

Ce le așteaptă pe mamele vitrege..... 299

Capitolul 16

Dans în familie..... 316

Capitolul 17

Cuibul gol... Uraaa?!?..... 333

Epilog

Copii? De ce să-ți asumi riscul? 355

Note bibliografice 361

Introducere

Perspectiva unei mame despre maternitate

Să fiu mamă a fost pentru mine la fel de natural ca profesia de astronaut. Acest singur fapt ar trebui să inspire încredere. Cine vrea să citească ceva scris de o mamă arogantă? Cine navighează prin aceste ape fără efort? Cine adoră să îmbrace iarna cu o salopetă de fâș un copil care dă din mâini și din picioare? Sau cine are ochii întotdeauna strălucitori când răspunde la întrebarea „Cu ce te ocupi?” spunând „Sunt mamă”? Eu nu am răspuns afirmativ la niciuna dintre chestiunile anterior enumerate, prin urmare sunt perfect potrivită să împărtășesc o experiență onestă și o logică de bun-simț referitor la ce anume înseamnă să fii mamă și cum ne transformă asta (pe noi și relațiile noastre), pe dinăuntru și pe dinafară.

După ce, inițial, m-am decis să scriu o carte despre parenting, am schimbat macazul pe parcurs. S-a întâmplat cam așa: am tot scris veselă vreme de câteva luni, până când m-am hotărât să vizitez una dintre acele librării gigantice cu trei etaje, care sunt la fel de mari și de copleșitoare ca Bloomingdale's. M-am îndreptat cu viteză spre raionul de parenting. Orice autor care se hotărăște să scrie o carte despre un domeniu anume e obligat să răsfoiască alte lucrări scrise pe aceeași temă, chiar dacă investigația e descurajantă.

Mă temeam că voi găsi o carte exact ca cea pe care o scriam eu – ceva la fel de improbabil ca a intra în pielea altei mame care are copii exact ca ai mei. Dar autorii, ca și mamele, se tem de orice, deci nu mi-am putut stăpâni palpitațiile și ușoara amețală pe măsură ce mă apropiam de secțiunea intitulată „Naștere/Educație/Parenting“.

De fapt, am renegat întregul gen literar al cărților de parenting atunci când s-a născut primul meu fiu, din motive pe care le voi explica mai târziu. Deși m-am ținut la zi cu literatura de specialitate despre creșterea copiilor, n-am urmărit cărțile pentru publicul larg vreme de vreo douăzeci de ani. Acum observ că s-au înmulțit frenetic. Câteva mii de cărți umplu secțiunea de parenting, pentru a le ajuta pe mame să treacă prin sarcină și naștere și alăptare, iar apoi pentru a instrui părinții cum să procedeze pe mai departe.

Ok, exagerez, dar erau acolo mai multe cărți decât putea orice părinte să citească – și, după asta, să-i mai rămână timp de petrecut și cu copilul său. Înviorător, cărțile de educație se axează acum pe un „parenting bun“, prin contrast cu mai restrânsa noțiune de „maternitate bună“. Dar cărți despre parenting dintr-un perete într-altul? Ar fi mai ușor să faci ori să adopți un alt copil, decât să parcurgi fie măcar și o fracțiune din aceste volume.

Chiar voiam să adaug încă o carte despre cum să fii părinte, pe piața deja saturată? Probabil că s-au spus destule. Însă după ce am examinat conținutul acestei librării și al altora, nu m-am putut abține să observ că o tăcere evidentă înconjură însuși subiectul maternității. Ceea ce înseamnă că am găsit prea puține despre experiența mamei privind meseria de mamă și despre felul în care viața și relațiile ei s-au schimbat și au evoluat datorită maternității. Deci, în loc de o carte despre cum să fii părinte, m-am decis să scriu despre cum e să fii mamă – ce face maternitatea din noi și

cum o simțim din interior – o carte scrisă din dubla mea perspectivă: de mamă și de psiholog.

* * *

Când am început lucrul la carte, aveam un fiu la liceu și altul la colegiu. Doi ani mai târziu, am completat proiectul și din perspectiva avansată a unui cuib proaspăt golit. Am apreciat oportunitatea de a arunca o privire retrospectivă asupra experienței mele complexe de mamă și nu am ezitat să împărtășesc altora ce-a fost mai bun, dar și mai rău, în ea.

Cititorii care mă cunosc din cartea *The Dance of Anger* sau din alte lucrări ale mele ar putea fi surprinși să afle că m-am purtat atât de rău cu propriii copii. Dar sper că franchețea mea va ajuta proaspetele și viitoarele mămici să se pregătească pentru ceea ce le așteaptă de acum înainte, astfel încât să se simtă mai puțin singure când vine vorba să înțeleagă această experiență copleșitoare. Așa cum scria Christina Baker Kline în cartea ei, *Child of Mine*, mamele care abia au născut tânjesc să audă vocile altor mame vorbindu-le, confirmând că nu sunt nebune și nici singure.

Această nevoie nu e mai puțin imperioasă decât cea a femeilor ai căror copii, ca și în cazul meu, nu mai sunt mici. Indiferent dacă puștiul sau puștoaica ta numără 2 sau 20 de ani, e posibil să te uiți înapoi judecând viața ta de părinte cu asprime, conchizând că n-ai procedat corect. Dacă te încadrezi în această categorie, sper că vei găsi în aceste pagini o confirmare pentru uluitoarea varietate de sentimente pe care le traversează mamele. Și sper că te vei simți mai puțin încătușată de vinovăție, anxietate și reproșuri neproductive.

Există nenumărate feluri de mame, numeroase tipuri de familii și nesfârșite probleme și provocări pe care o mamă le poate întâmpina. Această carte nu încearcă să le includă

Respect pentru oameni și cărți

pe toate. Experiența fiecărei mame este atât universală, cât și unică. Și nicio călătorie pe incertul teritoriu al educației nu seamănă cu alta. Kline o cita pe Gloria Steinem, care pune problema astfel: „Poate că împărtășim istorii de viață cam în același spirit cu care exploratorii își făceau cunoscute hărțile, în speranța de a-și sprijini unul altuia călătoriile, știind că – totuși – călătoria pe care o va face fiecare va fi una personală.“

Desigur, m-am încurcat în cel mai bun sfat părintesc pe care l-am dat. După 25 de ani în care am încercat să-i ajut pe oameni să-și rezolve problemele, cu greu mă pot opri acum. Nu numai că-mi place să dau sfaturi, dar mă și bazez pe sfaturile altora. Unii oameni preferă să se descurce singuri. Nu și eu. Cred că ne aflăm pe această lume ca să ne ajutăm unii pe alții și – mai ales după ce apar copiii – avem nevoie de tot ajutorul pe care-l putem primi.

Capitolul 1

Conceptele și metodele cărții interviu despre vulnerabilitate

Partea I

Inițierea

Capitolul 1

Concepția și nașterea: curs intensiv despre vulnerabilitate

Am rămas însărcinată în modul tradițional. Niciodată nu am crezut că asta s-ar putea întâmpla cu adevărat, pentru că ideea de a avea o întregă ființă care crește în interiorul meu mi s-a părut atât de bizară încât numai lunaticii sau fanaticii religioși ar lua de bun faptul că realmente s-ar putea întâmpla. Și apoi mai e și chestiunea ieșirii copilului, adică ceva la care nicio persoană normală nu ar dori să se gândească.

Aveam 30 de ani când am rămas însărcinată pentru prima oară. Înainte de asta, nu mai simțisem nicio tresărire maternă. Când prietenii mei își aduceau la petreceri copiii în micile lor cărucioare, îmi părea rău pentru ei (părinții), fiindcă toată treaba părea să fie un mare deranj. Iar când eram întrebată dacă mi-ar fi plăcut să țin în brațe unul dintre acei copii minusculi, ciripeam cu fals entuziasm: „O, da!“ Eram politicoasă doar sau încercam să fac lucruri ce păreau normale. Întotdeauna mă așezam înainte de a permite cuiva să-mi pună în brațe copilul, fiindcă sunt neîndemânică și știam că, dacă era cineva susceptibil să scape copilul, eu eram aceea.

Să afirm că nu eram mămoasă e prea puțin spus. Mă bucuram de compania adulților, iar ideea mea despre distracție nu însemna să-mi pierd timpul cu copii care nu erau în stare să se îmbrace singuri, să folosească toaleta ori să

Respect pentru oameni și cărți

susțină o conversație interesantă. Prin contrast, soțul meu, Steve, iubea cu adevărat copiii. Niciodată nu și-a făcut griji că i-ar putea scăpa din brațe. Am plănuit dintotdeauna să avem copii, dar – în ceea ce mă privea – nu atâta vreme cât dorința nu venea din suflet. Pur și simplu, mă gândeam că a avea copii era o experiență importantă de viață și nu trebuia s-o ratez, așa cum nu voiam să ratez un concert live sau să călătoresc prin Europa. Deși eram conștientă că a avea copii era un lucru normal, am amânat asta cât am putut de mult.

În orice caz, imediat ce am primit vestea că eram însărcinată, m-am umplut de importanță și mândrie. Îmi venea să-i înșfac de braț pe străinii din supermarket și să le spun: „Hei, s-ar putea să arăt ca o persoană obișnuită, dar sunt însărcinată, să știi!“ Simplul fapt că și alte femei trecuseră prin asta înaintea mea nu conta – înregistrasem, nici mai mult, nici mai puțin decât o realizare personală miraculoasă.

Încrederea mea în sine s-a amplificat și mai mult după ce am parcurs primul trimestru fără pic de greață sau vreun alt disconfort. Mi se părea că e meritul meu faptul că lucrurile decurgeau atât de lin, așadar, am conchis că era un semn bun – la urma urmei, poate chiar eram făcută să fiu mamă.

Însă la începutul celui de-al doilea trimestru, au apărut pete de sânge pe lenjerie, apoi am sângerat de-a binelea. Doctorul meu m-a întrebat dacă voiam să iau în calcul un avort, deoarece riscul ca bebelușul să aibă leziuni pe creier era semnificativ. Uneori, nu sângeram deloc și mă încărcam cu speranțe, alteori, sângeram rău și credeam că ori eu ori copilul eram pe moarte. Mă lăsam copleșită de panică, asfixiată cu un amestec de teroare vizavi de supraviețuirea noastră (a amândurora) și cu un fel de obidă față de uter la ideea că ruina sofaua foarte scumpă a cuiva.

M-am consultat cu un expert de la University of Kansas Medical Center, apoi m-am transferat la cel mai bun obstetrician din Topeka – unul cu remarcabile abilități de

Respect pentru oameni și cărți

diagnosticare și care nu credea că bebelușul meu ar avea leziuni pe creier. În esență, toată afacerea era o loterie. Nu știam dacă va rămâne atașată de uter suficientă placentă, din cauză că fusese implantată prea jos și se destrăma pe măsură ce sarcina progresa. Din perspectivă medicală, există, probabil, un mod mai corect de a descrie ce se întâmpla, dar așa mi-am perceput eu situația în acel moment. Aveam un făt sănătos în uter și credeam că medicina, așa avansată cum era, ar fi trebuit să știe cum să facă placenta să stea la locul ei. Părea un aspect tehnic minor, care nu putea să aibă consecințe de viață și de moarte.

N-a fost ușor să-mi stăpânesc anxietatea. Pe când sarcina împlinise vreo cinci luni, într-o seară, Steve și cu mine priveam un film de aventuri la TV, despre un grup de oameni prinși într-un lift dintr-un zgârie-nori. Personajul negativ, furișat deasupra lor, tăia cablurile de oțel care susțineau cabina. Panica se răspândise printre cei captivi, pe măsură ce se balansau în aer, viețile lor atârând acum de un singur fir. Ce intrigă stupidă și plictisitoare, mi-am spus. În clipa următoare, am simțit că nu mai pot să respir. I-am spus lui Steve că aveam să leșin ori chiar aveam un atac de cord; sau, mai rău, aveam să mor. „Cheamă doctorul acasă“, i-am ordonat soțului meu îngrozit. „Trezește-l din somn!“

„Pare a fi hiperventilație, nu-i așa?“ a remarcat doctorul după ce m-am recompus suficient cât să-i descriu simptomele. Ar fi trebuit să-mi bag capul (și să respir) într-o pungă de hârtie. Acum, când era clar că aveam să trăiesc, mă simțeam prost că-l treziserăm în miez de noapte – doi psihologi care nu fuseseră în stare să recunoască simptomele obișnuite ale anxietății. Imaginile de la televizor trebuie să fi declanșat teroarea mea legată de ceea ce se întâmpla în interiorul organismului. Imaginea oamenilor prinși în acel ascensor cu cablurile slăbite, amenințați să se prăbușească în gol spre o moarte sigură, mi-a rămas în minte multă vreme.