

„Această carte importantă afirmă cu îndrăzneală problema și schițează planurile pentru soluționarea ei. Haideți să luăm în serios sugestiile sale acum, astfel încât să putem îmbunătăți împreună viitorul copiilor noștri, precum și pe cel al copiilor lor.“

– dr. Daniel J. Siegel, autor al *The Developing Mind* și *Parenting from the Inside Out*; membru fondator al Centrului pentru cultură, creier și dezvoltare de la UCLA; profesor asociat de psihiatrie clinică, UCLA

„Această carte reprezintă un important pas înainte în înțelegerea tristeții și suferinței copiilor noștri. Gordon Neufeld ne arată că această suferință apare în urma pierderii atașamentului copiilor față de părinți și prin întărirea atașamentului față de egali. Minteă lui Neufeld este puternică, capabilă să înțeleagă drumul apucat de cultura noastră. Este o carte excepțională, de nivelul celei semnate de Paul Goodman, *Growing Up Absurd*. Oferiți câte o copie fiecărui părinte pe care-l cunoașteți.“

– Robert Bly, poet și autor al *The Sibling Society* și *Iron John*.

„Gândurile și perspectivele prezentate de autori sunt folositoare – inspiraționale chiar – celor care aleg să-și dedice viața și energia elevilor.“
– *National Association of Secondary School Principals Bulletin*

„Avem aici o carte nouă și importantă despre parenting... Conceptele, principiile și sfaturile practice le vor oferi părinților putere.“
– *Life Learning Magazine*

„Autorii prezintă strategii fezabile care să ajute părinții să-și ajute copiii. Dacă sfaturile lor sunt ascultate, sperăm că vom avea parte de mai multă căldură și siguranță.“
– *The Georgia Straight*

Dr. Gordon Neufeld și Gabor Maté

Capitole noi despre creșterea copiilor în lumea digitală

Cum să ne păstrăm copiii aproape

De ce părinții trebuie să fie mai importanți decât prietenii

Șapte persoane au oferit asistența practică, indispensabilă, în formarea și pregătirea acestei cărți: Gail Carney, Christine Dearing, Sheldon Klein, Joy Neufeld, Kate Taschereau, Suzanne Walker și Elaine Wynne. Împreună, au devenit cunoscuți drept „grupul de marți seara”. S-au întâlnit cu noi săptămânal, de la început până la predarea formei finale a manuscrisului. Au deliberat, dezbătut și criticat întâi conceptele care urmau să fie prezentate și apoi, capitol după capitol, lucrarea (în curs de desfășurare) care a devenit *Cum să ne păstrăm copiii aproape*. Grupul s-a angajat să ne transforme mesajul în formă tipărită într-un mod care să respecte scopul cărții și, în același timp, nevoile și sensibilitățile cititorului. Noi, cei doi autori, am ajuns să așteptăm cu nerăbdare întâlnirile animate și fructuoase și ne-a părut atunci când completarea manuscrisului a dus la oprirea acestora. Ne recunoaștem cu gratitudine datoria față de Grupul de marți seara: fără sprijinul lor sarcina noastră ar fi fost mult mai dificilă și rezultatele mai puțin satisfăcătoare.

CUPRINS

Nota către cititor	7
Partea întâi	
Fenomenul orientării spre egali	
1. De ce părinții sunt mai importanți ca niciodată	15
2. Relații de atașament pervertite, instincte corupte	28
3. De ce ne-am dezbinat	45
Partea a doua	
Sabotați: orientarea spre egali subliniază parentingul	
4. Puterea de a fi părinți ne scapă printre degete	63
5. De la remediu la obstacol: când atașamentul lucrează împotriva noastră	76
6. Contravoința: de ce devin copiii neascultători	92
7. Extincția culturii	105
Partea a treia	
Blocați în imaturitate. Cum oprește orientarea spre egali dezvoltarea normală	
8. Evitarea sentimentelor	115
9. Blocați în imaturitate	129
10. Agresivitatea	148
11. Nașterea agresorilor și a victimelor	161
12. O turnură sexuală	178
13. Elevi dificili	190

Partea a patra
**Cum să ne păstrăm copiii aproape (sau cum să-i
recuperăm)**

- | | |
|---|-----|
| 14. Colectarea copiilor | |
| 15. Păstrați legăturile care dau putere | 203 |
| 16. Disciplina care nu îndepărtează | 221 |
| | 239 |

Partea a cincea
Prevenirea orientării spre egali

- | | |
|----------------------------------|-----|
| 17. Nu curțați competiția | |
| 18. Re-creați satul de atașament | 263 |
| | 283 |

Partea a șasea
**Post-scriptum pentru era digitală
(cum să vă păstrați copiii aproape
în epoca internetului,
a telefoanelor mobile
și a jocurilor video)**

- | | |
|---|-----|
| 19. Revoluția digitală scăpată de sub control | 297 |
| 20. O problemă de sincronizare | 313 |

Glosar 329

Note 339

Partea întâi

Fenomenul orientării
spre egali

De ce părinții sunt mai importanți ca niciodată

Jeremy (12 ani) este aplecat peste tastatură, cu ochii ațintiți asupra monitorului. Este ora 20.00, temeile pentru a doua zi sunt departe de a fi gata, dar admonestările tatălui său, care insistă să-și termine treaba, îi trec pe lângă urechi. Jeremy stă pe chat, schimbând mesaje cu prietenii săi: bârfesc despre cine place pe cine, stabilesc cine le este prieten și cine dușman, dezbat cine ce a spus azi la școală, cine este popular și cine nu. „Nu mă mai bate la cap“, se răstește el la tatăl său care vine încă o dată să-i aducă aminte de teme. „Dacă ți-ai face treaba“, răspunde tatăl, pe un ton încărcat de frustrare, „nu te-aș mai bate la cap“. Disputa escaladează, vocile devin tot mai stridente și în câteva momente Jeremy strigă „nu înțelegi nimic!“ în timp ce trânteste ușa.

Tatăl este nervos, supărat pe Jeremy dar, mai cu seamă pe el însuși. „Am greșit din nou“, se gândește el. „Nu știi să comunic cu propriul meu fiu.“

Atât el, cât și soția sa sunt îngrijorați cu privire la Jeremy: nu mai este copilul ascultător de altădată, acum este imposibil de controlat sau de îndrumat. Atenția pare să-i fie îndreptată exclusiv asupra prietenilor. Același scenariu se desfășoară de câteva ori pe săptămână; nici copilul și nici părinții săi nu par capabili să acționeze sau să gândească astfel încât să poată ieși din impas. Părinții se simt neajutorați și lipsiți de putere. Nu s-au bazat niciodată prea mult pe pedepse, dar acum par din ce în ce mai înclinați să dea jos milităria din pod. Când fac acest lucru fiul lor devine și mai cătrănit, și mai sfidător.

Meseria de părinte ar trebui să fie chiar așa de grea? Așa a fost întotdeauna? Generațiile mai vârstnice s-au plâns de multe ori în trecut că cei tineri sunt tot mai lipsiți de respect și mai indisciplinați, însă astăzi din ce în ce mai mulți părinți realizează intuitiv că ceva nu este în regulă. Copiii nu sunt chiar așa cum ne amintim noi că eram. Sunt din ce în ce mai reticenți în a urma modelul adulților și se tem tot mai puțin să intre în bucluc. Par de asemenea mai puțin inocenți și naivi – ca și cum le-ar lipsi abilitatea de a privi lumea cu ochii larg deschiși, de a se mira de minunile naturii ori ale creativității umane. Mulți copii par nepotrivit de sofisticați, istoviți oarecum, pseudo-adulți înainte de vreme. Se plictisesc ușor atunci când nu sunt împreună sau nu au la îndemână tehnologia. Joaca solitară, creativă pare a ține de domeniul trecutului. „Pe vremea când eram copil eram fascinată de lutul pe care-l scoateam dintr-un șanț din apropierea casei“, își amintește o mamă de 44 de ani. „Îmi plăcea cum se simte; îmi plăcea să-l modelez în diferite forme sau pur și simplu să-l frământ în mâini. Și acum nu-mi pot convinge fiul de șase ani să se joace singur, doar dacă are computerul, consola Nintendo sau jocuri video.“

Meseria de părinte pare să se fi schimbat, de asemenea. Părinții noștri erau mai încrezători, mai siguri pe ei înșiși și, de bine, de rău, aveau un impact mai mare asupra noastră. Pentru mulți dintre noi a fi părinte nu este ceva ce vine natural.

Părinții de astăzi își iubesc la fel de mult copiii, dar dragostea nu este mereu de ajuns. Avem la fel de multe lucruri să ne învățăm copiii, însă capacitatea noastră de a transmite informațiile pare să fi scăzut. Nu ne simțim capabili să ne îndrumăm copiii spre a-și atinge potențialul. Uneori ei trăiesc și acționează ca și cum ar fi fost seduși de cântecul unei sirene, pe care noi nu-l putem auzi. Ne temem, nelămurit, că lumea a devenit mai puțin sigură pentru ei și noi nu-i mai putem proteja la fel de bine. Prăpastia căscată între copii și adulți pare uneori imposibil de traversat.

Ne străduim să trăim la înălțimea imaginii pe care o avem despre ceea ce înseamnă a fi părinte. Când nu ajungem la rezultatele dorite, negociem cu copiii, îi lingușim, îi mituim, îi recompensăm sau îi pedepsim. Ne auzim folosind un ton care chiar și nouă ni se pare dur și departe de adevărata noastră natură. Ne trezim îndepărtându-ne de ei în momentele de criză, exact atunci când am dori să le oferim dragoste necondiționată. Ne simțim răniți și respinși ca părinți. Ne blamăm pentru eșec și îi învinuim pe copii că sunt recalitranti, învinuim televiziunea pentru că-i distrage ori sistemul

școlar pentru că nu este destul de strict. Când neputința noastră devine de nesuportat, recurgem la formule simple, autoritare, din categoria „fă-o singur“, atât de populară în epoca noastră.

Însăși importanța parentingului în dezvoltarea și maturizarea ființelor umane este pusă sub semnul întrebării. „Contează părinții?“ a fost titlul unui articol publicat în revista *Newsweek* în 1998. „Parentingul a fost laudat exagerat“, argumentează o carte devenită celebră pe plan internațional în același an. „Ați fost făcuți să credeți că aveți o influență mai mare asupra personalității copilului vostru decât aveți de fapt.“¹

Problema influenței părinților ar putea să nu fie crucială dacă lucrurile ar merge bine cu tinerii noștri. Faptul că fiii noștri par să nu ne asculte și să nu ne împărtășească valorile ar fi ușor de acceptat, atâta vreme cât ei și-ar fi lor înșiși suficienți, orientați spre ei înșiși, ancorati în propria persoană, dacă ar ști cu adevărat cine sunt și dacă ar avea un sens clar al direcției și scopului lor în viață. Vedem însă că mulți dintre copii și tinerii adulți nu au aceste calități. În tot mai multe case, școli și comunități tinerii în curs de maturizare și-au pierdut punctul de sprijin. Multora le lipsește autocontrolul și sunt tot mai predispuși spre înstrăinare, abuz de droguri, violență ori pur și simplu le lipsește scopul în viață. Se lasă tot mai greu învățați și sunt mai dificil de îndrumat decât erau copiii cu numai câteva decenii în urmă. Mulți și-au pierdut abilitatea de a se adapta, de a învăța din experiențele negative și de a se maturiza. Un număr extrem de mare de copii și adolescenți iau acum medicamente pe bază de prescripție medicală pentru anxietate, depresie sau o mulțime de alte diagnostice. Criza celor tineri se manifestă amenințător prin înmulțirea actelor de intimidare și hărțuire în școli și, în varianta extremă, prin uciderea copiilor de către copii. Asemenea tragedii, deși rare, sunt doar aspectele cele mai vizibile ale unei stări proaste a lucrurilor extrem de răspândită, o tendință spre agresivitate în cultura tinerilor de pretutindeni.

Părinții implicați și responsabili sunt frustrați. În ciuda faptului că sunt îngrijiți cu multă dragoste, copiii par extrem de stresați. Părinții și ceilalți adulți din familie nu mai sunt automat mentori celor tineri, așa cum se petreceau tradițional lucrurile în cazul speciei umane și cum se petrec în continuare în cazul altor specii care trăiesc în habitatul lor natural. Generațiile mai în vârstă, părinți și bunici născuți după al Doilea Război Mondial, se uită la noi fără să înțeleagă. „Noi nu am avut nevoie de manuale care să ne învețe să fim părinți, am fost pur și simplu“, spun ei, cu un amestec de adevăr și lipsă de înțelegere.

Această stare a lucrurilor este ironică, dat fiind faptul că acum se știe mai mult ca niciodată despre dezvoltarea copiilor și că avem acces la cursuri și cărți mai mult decât oricare altă generație anterioară.

Lipsa contextului pentru parenting

Ce s-a schimbat așadar? Problema, într-un cuvânt, e *contextul*. Nu contează cât de bine intenționați, cât de iscușiți sau plini de compasiune suntem, a fi părinte nu este ceva în care ne putem angaja cu orice copil. Parentingul are nevoie de un context pentru a fi eficient. Un copil trebuie să fie receptiv dacă vrem să avem succes în a-l îngriji, alina și îndruma. Copiii nu ne conferă în mod automat autoritatea de a le fi părinți doar pentru simplul fapt că noi suntem adulți, pentru că-i iubim sau credem că știm ce este mai bine pentru ei ori pentru că ne interesează binele lor. Părinții vitregi sunt adesea confrunțați cu acest lucru, la fel și alți adulți care au grijă de copii care nu sunt ai lor, precum părinți adoptivi, dădace, bone, educatori ori profesori. Chiar și în cazul unei legături directe de sânge între adult și copil autoritatea naturală a părintelui se poate pierde în cazul unei erodări a contextului.

Dacă abilitățile de parenting sau faptul de a iubi un copil nu sunt suficiente, de ce este nevoie? Există un tip de relație specială indispensabilă, fără de care parentingul nu poate avea o fundație solidă. Psihologii și alți cercetători care studiază dezvoltarea umană o numesc relație de *atașament*. Pentru ca un copil să-i permită unui adult să-i fie părinte, el trebuie să se atașeze în mod activ de acel adult, să își dorească apropierea și contactul cu el. La începutul vieții acest impuls de a se atașa este fizic – copilul se agață efectiv de părinte și are nevoie să fie ținut în brațe. Dacă mai departe totul se desfășoară conform planului, atașamentul va evolua într-o apropiere emoțională și în final într-un sentiment de intimitate psihică. Este foarte dificil să fii părintele sau chiar educatorul unui copil căruia îi lipsește acest tip de conexiune cu persoanele responsabile pentru el. Relația de atașament este singura care poate oferi contextul potrivit pentru creșterea unui copil.

Secretul parentingului constă nu în ceea ce *face* părintele, ci mai degrabă în ce *este* părintele în ochii copilului. Când copiii caută apropierea și contactul cu noi, devenim ghizi, modele, profesori, antrenori, putem oferi confort și alinare. Pentru copilul atașat de noi

devenim punctul de sprijin de la care poate pleca să exploreze lumea și unde poate găsi confort la nevoie, sursa primară de inspirație. Toate abilitățile de parenting din lume nu pot compensa lipsa relației de atașament. Dragostea pe care o oferim nu poate ajunge la copil fără cordonul ombilical psihologic creat de atașament.

Relația de atașament a unui copil față de părinte trebuie să dureze cel puțin atâta timp cât copilul are nevoie să fie îndrumat. Acest lucru devine tot mai dificil în lumea de astăzi. Părinții nu s-au schimbat – nu au devenit mai puțin competenți sau devotați. Natura fundamentală a copiilor nu s-a schimbat nici ea – nu au devenit mai puțin dependenți sau mai rezistenți. Ceea ce s-a schimbat este cultura în care ne creștem copiii. Atașamentul copiilor față de părinți nu mai primește sprijinul de care are nevoie din partea culturii și societății. Chiar și relațiile părinte-copil care sunt puternice la început pot fi subminate pe măsură ce copilul pășește într-o lume care nu mai apreciază și nu mai întărește relația de atașament. Copiii își formează tot mai multe relații de atașament care le concurează pe cele cu părinții, rezultatul fiind un context din ce în ce mai nepotrivit pentru a fi părinte. Parentingul este inefficient nu din cauza lipsei de iubire sau a cunoștințelor, ci din cauza erodării contextului de atașament.

Impactul culturii egalilor

Principalul și cel mai dăunător tip de atașament concurent care subminează autoritatea și iubirea părinților este legătura tot mai puternică pe care o au copiii noștri cu cei de o vârstă cu ei. Teza centrală a acestei cărți este aceea că dereglarea care afectează generațiile de copii și adolescenți care se îndreaptă acum spre maturitate își are rădăcinile în pierderea orientării copiilor spre adulții iubitori din viața lor. Departe de a dori să evidențiem o nouă tulburare de ordin psihologic – ultimul lucru de care părinții dezorientați din ziua de astăzi au nevoie –, folosim termenul de *dereglare* cu sensul său de bază: o ruptură în ordinea firească a lucrurilor. Pentru prima oară în istorie, tinerii apelează la cei asemenea lor pentru instrucție, modelare și îndrumare, în loc să se îndrepte spre mame, tați, educatori și alți adulți responsabili. Nu mai sunt ușor de manevrat, docili și nu se mai maturizează deoarece nu mai primesc îndrumare de la adulți. Copiii sunt crescuți mai degrabă de persoane imature, care nu au cum să-i ghideze spre maturitate. Copiii se cresc unii pe alții.

Termenul care pare să se potrivească cel mai bine acestui fenomen este acela de *orientare spre grupul de egali*. Această orientare spre grup ne-a înăbușit instinctele de a fi părinți, a erodat autoritatea noastră firească și ne-a determinat să fim părinți nu cu inima, ci cu capul – din manuale, conduși de sfaturile experților și de așteptările neclare ale societății.

Ce este orientarea spre egali?

Orientarea, adică impulsul cuiva de a-și stabili repere și de a se familiariza cu mediul, este o necesitate și un instinct omenesc fundamental. Dezorientarea este una dintre experiențele psihologice cel mai greu de suportat. Atașamentul și orientarea sunt strâns împletite. Oamenii, la fel ca alte creaturi, se orientează automat căutând indicii la cei de care sunt atașați.

Precum puii altor specii, copiii nu au un instinct înăscut de orientare: au nevoie să-și primească simțul direcției de la cineva. Așa cum un magnet arată automat Polul Nord, copiii au nevoie să-și găsească reperele apelând la o sursă de autoritate, contact și căldură. Copiii nu pot tolera lipsa unei asemenea persoane în viața lor, altfel devin dezorientați. Ei nu pot suporta ceea ce eu numesc *vidul de orientare*^{*}. Jalonul de bază în orientarea copilului trebuie să fie părintele sau cel ce i se substituie acestuia, așa cum se întâmplă și în cazul altor animale ce-și cresc puii.

Instinctul de orientare al oamenilor este similar instinctului unui pui de rață. Proaspăt ieșit din ou, acesta se atașează imediat de mama sa – o urmează peste tot, fiind atent la exemplul și indicațiile ei până devine matur și independent. Așa ar fi natural și firească, desigur. Totuși, în absența mamei-rață puiul va începe să urmărească cel mai apropiat obiect în mișcare – un om, un câine sau chiar o jucărie mobilă. Inutil de spus, nici omul, nici câinele și nici jucăria nu sunt la fel de potriviți ca mama sa în a conduce puiul spre maturitate. În mod similar, dacă niciun adult nu este disponibil, copilul se va orienta spre oricine este aproape. Tendințele sociale, economice și culturale din ultimele cinci sau șase decenii au strămutat părintele din poziția sa de influență asupra orientării copilului. Grupul de egali a ocupat acest vid de orientare, cu rezultate deplorabile.

Așa cum vom arăta, copiii nu se pot orienta simultan spre adulți și spre alți copii. O persoană nu poate fi atentă la două seturi

* Dacă nu se specifică altfel, în această carte persoana întâi singular se referă la Gordon Neufeld.

de indicații contradictorii în același timp. Creierul copilului trebuie să aleagă automat între valorile parentale și valorile celor ca el, îndrumarea parentală și îndrumarea grupului de prieteni, cultura parentală și cultura egalilor săi ori de câte ori acestea par a fi în dezacord.

Oare vrem să spunem că cei mici nu ar trebui să aibă prieteni și să interacționeze cu alți copii? Dimpotrivă, aceste legături sunt naturale și chiar recomandabile. În culturile orientate spre adult, în care valorile și principiile directe sunt cele ale unei generații mature, copiii se atașează unii de alții fără a-și pierde reperele și fără a respinge îndrumările părinților. În societatea noastră nu mai este cazul, însă. Legăturile dintre egali au înlocuit relațiile cu adulții ca primă sursă de orientare. Nu contactul între egali este nenatural, ci faptul că dezvoltarea copiilor este influențată preponderent de alți copii.

Normal, dar nu natural sau sănătos

Orientarea spre grupul de egali este atât de răspândită în zilele noastre, încât a devenit normă. Mulți psihologi și educatori, precum și publicul profan au ajuns să o perceapă ca naturală ori, mai frecvent, nici măcar nu o recunosc drept un fenomen specific ce trebuie evidențiat. E considerată starea normală a lucrurilor. Dar ceea ce este „normal“ în sensul de conformare la o normă nu este în mod necesar același lucru cu „natural“ ori „sănătos“. Nu este nimic natural, nici sănătos la orientarea spre grupul de egali. În cele mai multe dintre țările dezvoltate industrial această contrarevoluție împotriva ordinii naturale a triumfat abia de curând, pentru motive pe care le vom explora (capitolul 3). Orientarea către grupul de egali este încă un concept străin în societățile indigene și chiar în multe locuri din lumea vestică aflate în afara centrelor urbane „globalizate“. De-a lungul evoluției umane și până spre cel de-al Doilea Război Mondial, orientarea spre adult era norma în dezvoltarea umană. Noi, adulții care ar trebui să fim responsabili – părinți și profesori –, ne-am pierdut abia recent influența, fără a fi măcar conștienți de acest lucru.

Orientarea spre grupul de egali apare ca naturală ori scapă neidentificată deoarece ne-am rupt de intuiții și am devenit noi înșine, fără să vrem, orientați spre egalii noștri. Pentru noi, cei născuți după război în Anglia, în America de Nord și în multe alte