

TREI

Copilul care îți dă de furcă

CINCI TIPURI DE COPII „DIFICILI“

DR. STANLEY I. GREENSPAN

CU JACQUELINE SALMON

Traducere din engleză de Olga Ceaușu

Cuprins

<i>Mulțumiri</i>	9
<i>Capitolul 1. Nu voi sunteți cauza acestui comportament, dar puteți găsi soluția</i>	11
<i>Capitolul 2. Stadiile copilăriei: un nou mod de a vă înțelege copiii</i>	21
<i>Capitolul 3. Copilul hipersensibil</i>	45
<i>Capitolul 4. Copilul interiorizat</i>	108
<i>Capitolul 5. Copilul sfidător</i>	158
<i>Capitolul 6. Copilul neatent</i>	208
<i>Capitolul 7. Copilul activ/agresiv</i>	292
<i>Capitolul 8. Influențele mediului și ale dietei asupra dezvoltării copiilor</i>	342
<i>Capitolul 9. Cum identificăm tipul de personalitate al copilului</i>	349
<i>Capitolul 10. Cum facem față provocărilor</i>	357
Cabinete de psihologie	377

Mulțumiri

Vreau să mulțumesc tuturor colegilor cu care am avut onoarea să colaborez atât în activitatea clinică, precum și în cea de cercetare. Vreau să mulțumesc în mod special soției mele, Nancy, dar și lui Reginald Lourie, Serenei Wieder, lui Stephen Porges, Georgiei DeGangi, Dianei Lewis și lui Valery Dejon pentru că au discutat cu mine multe idei pe care le-am prezentat în această carte.

Capitolul 1

Nu voi sunteți cauza acestui comportament, dar puteți găsi soluția

Jessica, o fetiță de 8 ani, era un copil capricios. Îi plăcea să domine și să-și dea importanță, avea puțini prieteni și prin comportamentul ei îi deranja și îi îndepărta chiar și pe oamenii apropiați, care țineau foarte mult la ea. Bătea din picior și o nemulțumeau tot felul de fleacuri.

- Ciorapii ăștia sunt prea aspri, îmi zgârie picioarele!
- Sucul ăsta are un gust oribil. Nu-l beau!

Se înfuria ori de câte ori părinții ei încercau s-o lase în grija cuiva, se trântea pe jos și țipa cât o ținea gura. Când venea ora de culcare, le cerea părinților să stea cu ea. Profesorii le-au spus părinților că este agitată, incapabilă să se concentreze. Când se întorcea de la școală, se plângea mai tot timpul.

— Katie și celelalte fete mă urăsc. Iar învățătoarea mă crede o proastă. Știu foarte bine.

Jessica era însă un copil inteligent și expresiv. Uneori, putea fi o fetiță simpatică și agreabilă, căreia îi plăcea să chicotească la jocurile de cuvinte, să se ghemuiască pe canapea în brațele mamei sau ale tatălui ei și să se alinte vorbind despre pasiunea ei pentru cai. Din păcate însă, cea mai mare parte a timpului se purta ca un „tiran“, după cum spuneau părinții ei istoviți să-i facă față.



Părinții ai căror copii se înscriu într-unul din cele cinci tipuri de personalități dificile, precum personalitatea Jessicăi, se plâng cel mai adesea că aceștia sunt „mofturoși”, capricioși și hipersensibili. Alți copii, la care ne vom referi pe larg în această carte, sunt interiorizați, sfidători, neatenți și agresivi.

Când se confruntă cu unul dintre aceste tipuri de comportament, este lesne de înțeles că părinții sunt derutați, se simt copleșiți și uneori se înfurie. Metodele folosite cu un frate mai mare par să nu funcționeze în acest caz. Sfaturile prietenilor, membrilor familiei și cărților de specialitate par utile la început, măcar teoretic vorbind, dar când vine vorba de practică, de viața de zi cu zi, nimic nu mai pare să fie de folos. Împărtășiți-vă sentimentele, găsiți o cale de compromis, stabiliți niște limite ferme — ușor de spus, dar greu de făcut când ai de-a face cu un copil sfidător de 4 ani, care a urlat timp de jumătate de oră și începe să urle și mai tare când încercați să îi vorbiți sau să-l convingeți să tacă.

De-a lungul anilor, opiniile noastre despre copiii care nu reușesc să-și controleze emoțiile și comportamentul s-au schimbat radical. La un moment dat, îi consideram vinovați pe părinți — într-o oarecare măsură era vina lor că odraslele erau niște ființe imposibile. Dacă părinții ar fi fost mai severi, mai îngăduitori, mai toleranți sau mai puțin toleranți (în funcție de opinia fiecărui cercetător), atunci copiii lor ar fi fost „cuminți”. Acest punct de vedere nu le era de niciun folos părinților, doar îi făcea să se simtă vinovați. Părinții erau și mai derutați atunci când constatau că metodele lor de a-și crește copiii au funcționat în cazul unuia dintre copii, dar nu și în cazul altuia. Mulți părinți au intuit că unul dintre copiii lor este foarte dificil, dar s-au blocat când a venit vorba să-și ajute copilul.

Apoi, am căzut în extrema cealaltă: specialiștii au ajuns la concluzia că, pur și simplu, unii copii se nasc așa. O serie întreagă de cercetări recente pe tema „temperamentului” au ajuns la același rezultat: principalele trăsături de caracter au o explicație biologică. Potrivit acestei opinii, cei mai mulți dintre noi

suntem destinați să fim extrovertiți și încrezători sau inhibați și introvertiți. Se consideră că, dacă un copil este irascibil, distant, agresiv sau mofturos, asta face parte din natura lui, iar părinții, deși pot avea o influență covârșitoare, nu au altă soluție decât să învețe să se acomodeze cu aceste trăsături de caracter ale odraslelor lor. O soluție pentru părinți ar fi să încerce să-și adapteze propriul comportament și să fie în consonanță cu cel al copilului lor, pentru a nu înrăutăți și mai mult situația, dar după ce au recurs la această strategie, multe familii au ajuns să creadă că posibilitățile lor de a ajuta un copil mai labil din punct de vedere emoțional sunt limitate.

Aceste puncte de vedere contradictorii au creat o barieră între „educație“ (care este în mod special apanajul părinților) și „natură“ (care se referă în mod special la datele biologice, moștenirea genetică). Astfel de opinii nu sunt însă capabile să justifice orice fel de comportament și nici nu sunt de un real folos părinților.

Deși majoritatea celor care studiază dezvoltarea copilului recunosc că biologia și educația acționează simultan, recunoașterea acestui fapt nu s-a reflectat îndeajuns în sfaturile adresate părinților. Aș vrea să vă propun o modalitate diferită, mai optimistă, de a privi problema creșterii copiilor dificili. Această nouă abordare vizează modul în care „natura“ și „educația“ pot conlucra. Abordarea mea evidențiază faptul că până și anumite caracteristici fixe, precum tendința unui copil de a se teme atunci când se confruntă cu stimuli noi, pot fi schimbate în mod semnificativ de anumite experiențe din procesul educației, mai timpurii sau mai târzii. De fapt, educația timpurie poate schimba nu numai comportamentul și personalitatea unui copil, ci și modul în care funcționează sistemul nervos al copilului. De pildă, știm că, în primele luni de viață, anumite experiențe pot determina, de fapt, modul în care vor fi folosite celulele sistemului nervos — pentru văz, auz sau celelalte simțuri. Tot astfel, anumite experiențe pot spori flexibilitatea emoțională a unui copil, în timp ce altele



pot accentua tendințele spre rigiditate. Analizând personalitatea în curs de formare a unui copil putem identifica într-o anumită măsură tipurile de experiențe de care are nevoie fiecare tânăr. Potrivit acestei abordări, copiii *se pot* schimba. Ei *pot* deveni niște ființe mai agreabile, mai flexibile. Ei pot deveni niște persoane mai ușor de suportat — mai puțin rigide, mai încrezătoare. Viața alături de un copil care la început e „dificali” și face probleme nu trebuie să fie un permanent câmp de luptă.

De ce unii copii sunt mai dificili decât alții? Cercetările noastre, precum și cele întreprinse de mulți alții ca Jean Ayers, T. Berry Brazelton, Sybil Escalona și Louis Murphy au demonstrat că toți copiii vin pe lume cu trăsături fizice diferite. De pildă, unii nu se simt bine în trupul lor și au tendința să fie mof-turoși, iritabili, neîncrezători, necomunicativi. Am constatat că bebelușii (sugarii), chiar în primele luni de viață, pot prezenta trăsături unice în privința anumitor percepții senzoriale și în funcționarea sistemului lor motor. Contrar părerii încetățenite că toți simțim la fel, atunci când este vorba de senzațiile de bază, am constatat că bebelușii, copiii sunt foarte diferiți când vine vorba de văz, auz, simț tactil, miros și modele de mișcare. Un copil poate fi hipersensibil și poate reacționa exagerat sau poate fi hiposensibil și poate reacționa prea puțin la un anumit stimul adresat simțurilor sale. Unul poate asimila și decodifica mult mai ușor o informație prin intermediul unui anumit simț, în timp ce altul poate avea dificultăți în a înțelege informația cu ajutorul aceluși simț. Am observat că unii copii sunt dotați și au capacitatea de a planifica anumite comportamente complexe și modele de mișcare, în timp ce altora li se pare prea dificil să ducă la bun sfârșit chiar și cea mai elementară secvență motorie, de pildă, să ducă degetele la gură.

Imaginați-vă că sunteți la volan și conduceți o mașină care nu merge bine. Când apăsați accelerația, mașina zvâcnește înainte, iar uneori nu răspunde. Când claxonați, vă asurzește. Frânele încetinesc uneori mașina, dar nu întotdeauna. Semnalizatoarele

funcționează numai uneori, sistemul de navigație a luat-o razna, indicatorul de viteză funcționează aiurea. Vă chinuiți să circulați în siguranță și vă este greu să fiți atent la orice altceva. Nu trebuie să mai spunem că, probabil, într-o astfel de situație, ați fi irascibil.

Aceasta este senzația pe care o au mai tot timpul unii copii-problemă. Ei fac permanent eforturi să-și facă „mașina“ să circule, pentru că trupul lor nu funcționează probabil așa cum ar trebui. Simt că au pierdut controlul și sunt frustrați.

Să revenim la Jessica. Când era mică, era hipersensibilă tactil, auditiv și olfactiv. Ori de câte ori mama ei o dezmierda, se agita și plângea. Nu-i plăcea. Când cineva încerca să-i pieptene părul, să-i facă baie sau să-i schimbe scutecul, o durea. Nu-i plăceau hainele noi pentru că erau prea aspre. Puloverele de lână o făceau să se scarpine. Hainele spălate cu anumiți detergenți aveau un miros neplăcut. Voia să fie îmbrăcată numai cu haine de bumbac, vechi și moi. Chiar și sunetele puteau fi enervante. Vocea tatei, gravă și melodioasă, care-i spunea „Bună, îngerașule!“, suna ca o unghie ce zgârie o tablă.

Ce relație avea cu lumea din jur? Destul de neplăcută. Reacția ei era să plângă, de parcă ar fi spus, „Lăsați-mă în pace!“ S-a confruntat cu aceste dificultăți în fiecare etapă a dezvoltării ei. Pe măsură ce a crescut, a început să fie uneori neatentă, iar atenția îi era ușor distrasă pentru că era atât de sensibilă la toate sunetele, lucrurile pe care le vedea și mirosurile care-i ieșeau în cale. Când s-a trezit prima oară într-o clasă aglomerată, în care copiii treceau pe lângă ea și se frecau de pielea ei sensibilă, o speriau cu strigătele și țipetele lor în recreație, și uneori îi invadau spațiul protector, bine definit, pe care și-l crease în jurul ei, reacția ei a fost fie să facă o criză de furie, fie să îi evite speriată. Toată lumea era de aceeași părere, Jessica nu e un copil ușor de suportat.

Deși, în cazul Jessicai și al multor copii, biologia este importantă, asta nu înseamnă că ea le pecetluiește destinul. Am constatat că modul în care părinții relaționează cu copiii lor poate



influența în foarte mare măsură felul în care tinerii se percep pe ei înșiși și în care răspund lumii din jur. Gândiți-vă, de pildă, că, din cauza sensibilității ei tactile și auditive, era ușor de „deranjat” și, de aceea, era agitată mai tot timpul. Mama ei, care avea tendințe similare, devenea irascibilă din cauza crizelor de furie ale fetei ei și, deseori, se înfuria și devenea impulsivă. Când mama Jessicai era foarte agasată, uneori ceda din punct de vedere emoțional. Și tatăl Jessicai era frustrat. Când încercările lui de a se apropia de ea cu blândețe au dat greș, a început să stea tot mai mult peste program la serviciu, pentru că îi era greu să-și înfrunte nesiguranța și faptul că dăduse greș ca părinte.

Pe de altă parte, imaginați-vă că mama și tatăl Jessicai ar fi fost capabili să „descifreze” reacțiile și semnalele fiicei lor și s-o ajute să învețe noi modalități de a face față situației. Ar fi găsit un ton potrivit al vocii și o mângâiere în măsură s-o liniștească. Ar fi găsit poziția ideală de a o ține în brațe pentru a o face să se simtă în siguranță. Chiar și atunci când Jessica era supărată și copleșită, ar fi putut-o consola ținând-o strâns în brațe, de pildă. Pe măsură ce a crescut, ei ar fi putut-o ajuta să se simtă mai bine spunând ce simte și implicându-se în anumite activități precum sărituri sau jocuri ritmice. Și, ceea ce este cel mai important, ar fi învățat-o treptat cum să controleze mediul în care trăiește. Introducând în viața ei experiențe noi, oferindu-i un sentiment de siguranță și încurajând-o să aibă inițiative, ar fi putut-o ajuta treptat să fie mai încrezătoare și mai sociabilă. Încet, dar sigur, Jessica ar fi fost capabilă să-și exploreze lumea și să-i cunoască pe oamenii care o populează. Ea ar fi încetat să mai fie atât de sensibilă și circumspectă și ar fi reușit să găsească modalități de a se calma și de a învăța din noile experiențe. Ar fi găsit chiar mijloacele potrivite să-și convingă colegii să joace jocurile care îi plac și care nu o deranjează. Iar, în cele din urmă, propria-i sensibilitate emoțională ar fi devenit punctul de plecare pentru a învăța ce înseamnă să înțelegi ce simt ceilalți și să îți fie milă de ei, dar și să dobândească abilitățile necesare pentru a-i conduce.

În cazul multor copii, dacă învață să-și stăpânească impulsurile corporale și devin mai asertivi, mai empatici și flexibili, pornirile lor se pot schimba. Anumite tipuri de atingeri sau de sunete, de pildă, pot ajunge să nu-i mai deranjeze.

Părinții pot avea o influență covârșitoare și își pot învăța copiii cum să își folosească minunatele aptitudini înnăscute. Copiii sunt extrem de diferiți când este vorba de modul în care își folosesc simțurile și corpul și de modul în care răspund lumii înconjurătoare. Cu toate acestea, părinții pot crea experiențe care să încurajeze flexibilitatea copiilor lor, în funcție de fiecare model în parte.

Tipurile de deosebiri fizice despre care am vorbit au fost abordate pe tot parcursul secolul XX. În ultimii ani, aceste tipuri au fost identificate la copiii cu grave probleme psihologice. Iată numai câțiva dintre cercetătorii din acest domeniu: Sybil Escalona și Lois Murphy; nou-născuți — T. Berry Brazelton; copii cu diferite probleme de învățare și integrare senzorială — Jean Ayers; descrieri ale temperamentului făcute de părinți — Stella Chess și Alexander Thomas; și un tip temperamental deosebit, „copilul inhibat” — Jerome Kagan. Cercetările noastre, la care au participat colegii Serena Wieder, Reginald Lourie (decedat), Stephen Porges, Georgia DeGangi, Diane Lewis și Valery Dejon, ne-au dus la concluzia că există deosebiri între modul în care bebelușii și copiii simt, percep și răspund la senzații pentru fiecare sistem senzorial. Am constatat de asemenea că aceste diferențe pot fi stabilite și erau prezente atât în grupul de bebeluși și copii cu risc, cât și în cel fără risc. Am descoperit apoi că anumite profiluri fizice și fiziologice îi predispun pe copii riscului de a se confrunta cu anumite tipuri de probleme de învățare și psihologice. Am identificat astfel cinci tipuri. Mult mai important este însă faptul că am constatat că aceste caracteristici pot fi influențate în mod semnificativ de experiențele timpurii și ulterioare. Mai mult, aceste trăsături reprezintă doar o parte din ansamblul tiparelor care definesc o personalitate, importante pentru sănătatea



intelectuală și psihică, raportarea la intimitate și empatie, adaptarea comportamentului și impulsurilor, cu ajutorul imaginației și al gândirii creative și logice.

De aceea, atunci când auziți că temperamentul sau trăsăturile de caracter ale unui copil sunt de neclintit, țineți minte că aceste trăsături *nu* sunt în niciun caz fixe și că trăsăturile de personalitate care ne preocupă în mod special sunt mai „cuprinzătoare” decât orice alte trăsături. Capacitatea de a iubi, de a empatiza cu ceilalți, de a fi încrezător și hotărât și de a gândi creativ sunt rezultatul complex al mai multor trăsături de caracter; ele sunt, într-adevăr, rezultatul relațiilor și experiențelor pe care le avem în timp. De pildă, faptul că ați fost un sugar sensibil și agitat înseamnă că nu puteți fi un soț sau un părinte iubitor? Iar dacă ați fost un copil îndrăzneț și asertiv, înseamnă că sunteți la fel și ca adult? Puțin probabil. De fapt, unui copil sensibil îi poate fi mai ușor să deprindă empatia și să fie atent cu ceilalți. Cele mai multe tipuri de copii pot fi persoane sănătoase din punct de vedere emoțional și pot deveni părinți minunați.

Așadar, personalitatea unui copil nu este doar un produs al „naturii” și „educației” sau un produs al modului în care educația se adaptează la natură. Este un produs al interacțiunii unice și continue *dintre* natură și educație. Iar această interacțiune are loc în cadrul relațiilor voastre cu copilul. Copilul intră în această relație cu „natura” sa, iar, ca părinți, voi aduceți căldură și dragoste sub forma unui anumit model de afecțiune. În ultimii zece ani, am aflat multe lucruri noi despre această interacțiune. Am putea spune că funcționează după principiul „cheia potrivită în lacătul potrivit”. Dacă găsim cheia potrivită, creăm noi modele de interacțiune. Datorită acestui nou model de relație, copilul poate descoperi afecțiunea și încrederea de care are nevoie.

Mai mult, fiecare stadiu de dezvoltare are, după cum vom vedea în capitolul următor, propriile obiective, care sunt la rândul lor asociate cu noi modalități prin care natura și educația pot conlucra. Așadar, pentru fiecare stadiu de dezvoltare, există o

„cheie“ specială. Cred că această capacitate de a ști cum să găsească „cheile“, care îl vor ajuta pe orice copil, chiar și pe cel cu cele mai dificile probleme, trebuie să fie la îndemâna fiecărui părinte sau a fiecărei persoane care are în îngrijire un copil.

Această pricepere nu înseamnă însă soluții imediate. În timp, puteți învăța cum să influențați favorabil această interacțiune dintre natură și educație, în cazul copilului vostru. Asta *nu* înseamnă că sunteți de condamnat pentru vreuna dintre problemele care continuă să-și facă simțită prezența. Unul dintre miturile care îi afectează pe toți părinții este convingerea că, dacă suntem capabili să devenim mame și tați, ar trebui să fim în stare să ne creștem toți copiii în orice condiții. Dacă vrem însă să fim sinceri cu noi înșine, înțelegem foarte repede că, în afară de faptul că și noi am avut părinți, nu avem nicio altă pregătire pentru acest rol. Majoritatea „ne calificăm la locul de muncă“. Mulți dintre noi ne bazăm pe faptul că ne vor învăța copiii noștri cum și ce să facem pe parcurs. Însă copiii care prezintă probleme deosebite nu sunt cel mai adesea în măsură să ne transmită cum să fim părinte în așa fel încât să ne simțim împliniți. De cele mai multe ori, ne copleșesc cu prea multe probleme, așa încât fie ne străduim din răsuferi să ținem pasul, fie avem în vedere să renunțăm la „școala părinților“. Va trece o vreme până să puteți pune în practică informațiile pe care le oferă această carte despre modul în care îi putem crește pe copiii cu probleme speciale. Menirea acestei cărți este de a vă ajuta să înțelegeți că părinții și „educatorii“ au de învățat de la copiii lor cu probleme și trebuie să-i ajute.

În această carte prezint cinci tipuri de bază, diferite, de personalitate și unele dintre caracteristicile fizice și emoționale care le definesc: sensibilitate, interiorizare, sfidare, neatenție și agresivitate. În cazuri extreme, fiecare dintre aceste trăsături de personalitate îi poate descuraja pe părinți.

Putem privi însă aceste cinci tipuri de personalitate și ca pe niște caracteristici ce apar în anumite proporții la multe persoane. Nu ne putem încadra cu toții (și nici copiii noștri) perfect



Într-un anumit tip de personalitate sau altul. Unii dintre noi suntem o combinație, cu alte cuvinte prezentăm caracteristici specifice mai multor tipuri, în timp ce alții par să întruchipeze un singur tip sau un model total diferit. Pe măsură ce parcurgeți cartea, veți constata că pentru fiecare caracteristică în parte anumite comportamente ale părinților pot încuraja flexibilitatea, creativitatea și potențialul unui copil care prezintă acel tip de comportament. Autorii încearcă deopotrivă să explice modul în care anumite abordări ale părinților contribuie fără doar și poate la agravarea problemelor create de o anumită trăsătură de personalitate.

Deși majoritatea exemplelor prezentate în continuare sunt specifice unor copii cu probleme grave, mulți părinți vor recunoaște anumite aspecte ale acestor caracteristici la copiii fără probleme (în forme atenuate și mai puțin evidente, firește). Scriind această carte, am vrut să ofer o filosofie generală pe care părinții s-o poată folosi pentru a adapta educația la caracteristicile copiilor lor, dar și abordări și strategii specifice pentru problemele mai grave care, după cum mulți părinți știu, apar mult mai frecvent decât ar fi de dorit.

Capitolul 2

Stadiile copilăriei: un nou mod de a vă înțelege copiii

Fiecare copil se confruntă cu diferite probleme de dezvoltare. De pildă, încă de la începutul vieții, sugarii trebuie să învețe să fie atenți și să se implice într-o relație. Mai târziu, copiii învață să-și folosească imaginația și să gândească logic. În fiecare dintre aceste etape sau pentru a face față acestor provocări, este nevoie de o combinație între anumite trăsături înnăscute și influențe exterioare, care pot produce rezultatul dorit. De pildă, un copil mic suprastimulat senzorial, a cărui atenție este ușor de distras, va reuși foarte greu să acorde atenție unei mame care vorbește tot timpul și este hiperactivă. Pe de altă parte, dacă acest copil are norocul să aibă un tată (sau o bunică) calm, a cărui prezență îl liniștește și-l ajută să străbată mai ușor primii ani de viață până ce devine un preșcolar mai încrezător în sine, dornic să învețe, mama lui dinamică poate fi exact ceea ce doctorul recomandă în acea etapă de dezvoltare. Potrivit noului nostru mod de a vedea lucrurile, personalitatea unui copil se formează ca urmare a dinamicii interacțiunii dintre el și principalele persoane implicate în creșterea lui. Această interacțiune este influențată de natură și educație. Un copil aduce natura în cadrul interacțiunii cu trăsăturile sale unice. Îi place lumina sau o evită? Îl amuză zgomotul puternic al aspiratorului sau i se pare că îl asurzeste? Membrii