

STANLEY I. GREENSPAN, M.D.

FANTASTICUL POTENȚIAL AL COPIILOR

Dezvoltă cele 10 calități esențiale
ale unui copil sănătos din punct de vedere
emoțional, fizic și intelectual

Traducere din limba engleză:
IUSTINA COJOCARU

EDITURA  HERALD
București

Cartea de față este dedicată tuturor copiilor din această lume. Fiecare dintre ei deține în adâncul ființei sale potențialul de a fi un copil grozav. Stă în puterea noastră să creăm o lume grozavă în care acest potențial să poată înflori.

PREFAȚĂ

Multe sunt așteptările pe care le avem astăzi de la copii. Timp de mulți ani, fiind un om de afaceri, am fost preocupat să înțeleg care sunt competențele necesare pentru a atinge succesul într-o lume aflată într-o rapidă schimbare. Pe măsură ce tehnologia și modurile de comunicare evoluează cu o viteză amețitoare, calitățile de care este nevoie pentru a-ți croi o existență împlinită și o carieră de succes s-au schimbat și ele. Instituțiile de școlarizare, companiile, organizațiile profesionale, chiar și echipele sportive profesioniste au ajuns să înțeleagă faptul că a fi „deștept” sau a deține calități fizice ieșite din comun nu este suficient pentru a reuși astăzi în societatea noastră. Avalanșa de teste la care aceste organizații își supun potențialii candidați încearcă să scoată la suprafață ce se găsește „dedesubt” – altfel spus, la ce ne putem aștepta din partea acestei persoane să aibă în plus și mai presus de una obișnuită? Directori de personal și angajatori pricepuți sunt în căutarea unor calități cum ar fi echilibrul emoțional, gândirea logică, disciplina interioară, capacitatea de a lucra sub presiune, încrederea în sine, talentul de a conduce, etc. Ei au învățat din propria lor experiență din trecut că toate aceste calități sunt, fără îndoială, mai importante pentru a atinge succesul decât talentele specifice sau „creierele”.

În urmă cu treizeci de ani, când am început să mă gândesc la această problemă a calităților esențiale, am avut șansa să aflu de existența unui grup de specialiști care studiau dezvoltarea copilului în primii ani de viață și care se întâlneau în mod regulat pentru a-și împărtăși unii altora rezultatele

cercetării lor referitoare la cele mai fundamentale nevoi ale copiilor și modul în care părinții vin în întâmpinarea lor. Printre acești gânditori deschizători de drumuri se numărau Reginald Lourie, T. Berry Brazelton, Stanley Greenspan, Selma Freiberg, Albert Solnit, Sally Provence, Ron Lally, Julius Richmond, Peter Neubauer, Leon Yarrow și Robert Nover. Am fost invitat să iau parte la aceste întâlniri și chiar după prima dintre ele mi-a devenit clar că aveam o oportunitate de aur să înfăptuiesc ceva semnificativ pentru copii. Acest grup de specialiști a primit cu brațele deschise ajutorul venit din partea unui om de afaceri și, împreună, am pus bazele unei organizații care își propunea să vină în ajutorul familiilor care își cresc din punct de vedere social, emoțional și cognitiv copii sănătoși. În acest fel a luat naștere *Zero to Three*.

Astăzi deținem o catedră multidisciplinară formată din treizeci și cinci de experți din domenii diverse și un personal minunat și talentat compus din peste șaptezeci și cinci de membri, care gestionează un buget de aproape cincisprezece milioane de dolari anual. Scopul nostru este să le punem la dispoziție părinților informațiile și sprijinul necesar pentru a-și îndeplini cât mai bine cu putință misiunea lor. Cu toate că iubirea este cel mai important ingredient într-o relație părinte-copil, ea nu este de ajuns. În calitatea noastră de părinți, trebuie să fim informați dacă vrem să avem copii care să scoată capul în lume cu încredere în forțele lor, să fie fericiți și să aibă succes. Am învățat din lumea businessului că este mai important să muncești inteligent decât să tragi din greu. A fi un părinte grozav astăzi echivalează cu a fi un părinte inteligent.

Având ocazia să fiu martor la munca impresionantă desfășurată de fiecare dintre clinicienii străluciți din cadrul organizației noastre, am fost în mod deosebit atras de ideile lui Stanley Greenspan, în mod special de practica lui de a lucra cu acei copii care întâmpinau probleme de dezvoltare. În loc să limiteze terapia la antrenamentul comportamental și la învățarea mecanică a unor sarcini simple, el lucrează cu inten-

ția de a pătrunde în psihicul pacienților săi. Rezultatul nu este doar un copil mai împlinit din punct de vedere cognitiv, dar și un copil înzestrat cu căldură umană, care dezvoltă un registru sănătos de emoții. Unii dintre acești copii fuseseră diagnosticați cu autism sau întârziere de vorbire, diagnostic care s-a dovedit a fi greșit. Sunt lucruri reale pe care le-am văzut cu ochii mei. După douăzeci de ani în care am fost martor la aceste miracole minore (majore pentru acei părinți), mi-a devenit clar faptul că dacă Stanley Greenspan putea să realizeze aceste miracole cu copiii care întâmpinau probleme de dezvoltare, puteam să aplicăm aceste cunoștințe pentru a-i ajuta pe toți copiii noștri să devină mai bogați în calități care sunt de o importanță capitală în viață.

Cum pot fi identificate calitățile prețioase la nivel universal, descrise în cartea de față? În primul rând, am întocmit o listă mai amplă. După aceea, am fost nevoiți să triem din trăsăturile menționate în acea listă și să ajungem la un numitor comun cu privire la acele calități pe care cei mai mulți dintre noi obișnuiau să le considere ca fiind esențiale pentru a atinge succesul în viață. Trăsăturile selectate erau cele pe care experții în dezvoltarea copilului, părinții și liderii din lumea businessului le apreciau ca pe niște calități importante pe care copiii să le dezvolte pentru a deveni adulți sănătoși, care se bucură de succes în viață. Era important ca părinții să aprecieze aceste trăsături de o asemenea manieră încât să își dorească să încurajeze dezvoltarea lor. Era important ca experții în dezvoltarea copilului să fie de acord în privința acestor trăsături care sunt prețioase nu doar în perioada copilăriei, dar, totodată, pentru a face față provocărilor de mai târziu, care se ivesc în adolescență, căsătorie, carieră sau în rolul de părinte. Era important să dăm satisfacție diverselor personalități profesionale, care au făcut obiectul sondajului nostru de opinie și care știau foarte bine care sunt calitățile cele mai importante pentru a atinge succesul în domeniile lor. Înarmați cu această primă listă exhaustivă, am început după aceea să adresăm întrebări

unui evantai larg de persoane pentru a putea selecta calitățile „indispensabile” și a le ordona într-o ierarhie. Acest grup, răspândit pe teritoriile Statelor Unite ale Americii și Canadei cuprindea persoane competente din domenii precum medicina, avocatura, artele, educația și directori executivi din toate tipurile de organizații. Cu toții trăiseră experiența de a vedea cu ochii lor cum unii semeni reușiseră în viață, în timp ce alții eșuaseră lamentabil și înțeleaseră de ce. Soțul, soția, după caz sau partenerii au răspuns în mod independent. Aducând cu mine la masa discuțiilor propriile mele idei preconcepute, eram convins că bărbații obișnuiau să își ierarhizeze calitățile în mod diferit față de femei și că oamenii de afaceri obișnuiau să aibă o abordare diferită față de cadrele didactice. Persoanele din domeniile tehnice răspundeau de obicei diferit față de cele din lumea artelor. Cu toții ne-am imaginat că orientalii văd lucrurile în mod diferit față de occidentali sau cei din Orientul Mijlociu. Și ne-am mai imaginat că diverse grupuri culturale obișnuiesc să răspundă în mod diferit. Presupunere greșită în fiecare caz! Oamenii au răspuns absolut ca indivizi luați în parte și s-au prezentat cu un set de calități apreciate aproape în mod universal. S-a ajuns la un consens indiferent de sex, profesie și cultură.

Irving Harris, un membru al consiliului, modelul meu preferat de filantrop și un gânditor înzestrat cu o minte ascuțită, ne sugerase ideea că ar trebui să adăugăm „spiritul iscoditor” pe lista noastră amplă. Respondenții noștri au confirmat această calitate, vorbind despre ea de obicei sub eticheta de „curiozitate”. Un specialist în științele sociale ar putea să susțină că această listă reflectă valorile vârfului pe scara socială din America. Este adevărat că cei intervievați erau persoane de succes fiecare în cariera ei, nu neapărat bogate, dar care atinseseră succesul. Totuși, mediul lor de proveniență se deosebea în mod radical. Dacă ne uităm la provocările cu care se confruntă un copil la începutul secolului XXI (singurul mod în care putem să tragem o concluzie logică), aceste calități i-au

impresionat pe respondenții noștri și pe noi înșine pentru a le considera drept esențiale. Oricine ar avea tot dreptul din lume să spună că mai sunt și alte calități importante, însă un copil înzestrat cu cele zece descrise în cartea de față ar putea avea un avans major în momentul când pornește în viață.

Vestea cea bună pe care ne-o aduce această carte este aceea că părinții pot să încurajeze dezvoltarea acestor calități existente în potențialul copiilor lor, despre care mulți oameni înțelepți cred că sunt vitale pentru o viață împlinită și fericită. Pe scurt, ei pot să „ridice ștacheta” pentru copiii lor. Încurajarea acestor trăsături importante necesită de asemenea multă competență din partea părinților. Fiind conștienți de așteptările noi la care copiii de astăzi trebuie să facă față, mulți părinți sunt în căutarea unui astfel de ghid clar de îndrumare, pe care îl oferă această carte.

După cum veți constata, astăzi atenția nu se mai îndreaptă spre IQ sau un mare talent. Succesul în viață și carieră depinde de deținerea unor aptitudini multiple. Calitățile despre care veți citi în cartea de față, cum sunt echilibrul emoțional, gândirea logică, disciplina interioară, conștiința de sine și empatia sunt fundamentele fără de care o minte strălucită și talentele cu greu și-ar face loc în față, să iasă la rampă.

Globalizarea, amenințările ambientale, noile tehnologii și diferite forme de conflict politic vor fi provocările cu care se va confrunta următoarea generație oriunde pe această planetă. În lumea noastră, la o scară mai mică și mai puțin strălucitoare, cel mai important lucru pe care îl putem face este să le punem la îndemână copiilor noștri calitățile de care au nevoie pentru a supraviețui și prospera.

Bernard Levy

Co-Director, Infant Development Specialist Program

Floortime Foundation™

INTRODUCERE

Să creștem copii grozavi

Știți bine cine sunt ei. Sunt puștii dintr-a patra care se înghesuie care mai de care să fie primul care își întâmpină cu un salut politicos profesoara și o ajută să își scoată servieta burdușită de cărți din mașină. Sunt adolescentele de șaisprezece ani care își invită o nouă colegă de clasă să prânzească la aceeași masă cu ele. Sunt bebelușii care acum învață să meargă și care așteaptă să le vină rândul la tobogan, scoțând chiote de bucurie la alunecarea în viteză și sunt nou-născuții care privesc îndelung și plini de iubire în ochii mamelor lor.

Ei sunt copiii grozavi. De câte ori nu v-ați trezit spunând chiar voi: „Să știi că Josh ăsta e un copil grozav!” sau: „Tare mult îmi plac colegele din echipa de soccer a fiicei mele. Sunt niște copii grozavi”. Auzim sintagma aceasta de multe ori și știm foarte bine ce înseamnă aceste cuvinte atunci când le rostim. Nu vorbim despre copiii care obțin acele 1600 de puncte la trecerea testelor mixte de la SAT¹, campionii la tenis sau geniile muzicale – deși,

¹ Scholastic Assessment Test, testul de evaluare a cunoștințelor la finalul studiilor de liceu, echivalentul Bacalaureatului, fără de care nu se poate aplica la o universitate sau colegiu de pe teritoriul SUA – N.tr.

cu siguranță, și acești copii pot fi copii grozavi. Ne referim aici la tinerii plini de viață, independenți, prietenoși și optimiști pe care atât de mulți dintre noi au norocul să îi cunoască. În ciuda tuturor zvonurilor rele care circulă despre copiii de astăzi, ce par să acapareze toate programele la radio și televiziune, oricine trăiește alături de copii sau lucrează cu ei știe că sunt și vești bune, deopotrivă.

„Copiii grozavi” sunt ființe sănătoase din punct de vedere emoțional și intelectual. „Grozav” nu face referire la o calitate temperamentală specifică, cum este îndrăzneala; și nici nu depinde de abilități atletice sau de un talent muzical, pricepere la matematică sau o înclinație artistică. Copiii grozavi pot fi întâlniți în toată diversitatea tipologiilor umane. Și, dacă beneficiază de îngrijire și încurajare optimă, toți copiii pot fi niște copii grozavi.

Sănătatea emoțională și mentală presupune deținerea anumitor abilități și trăsături fundamentale care pun în evidență aptitudinile și talentele pe care copiii și le pot dezvolta mai târziu. Aceste abilități și trăsături sunt în strânsă relație cu felul în care copiii (și adulții) relaționează unul cu celălalt și cu lumea din jurul lor. Ele încep să se formeze în perioada timpurie a copilăriei și fac posibilă motivația de a dobândi succes, înțelepciune și relații solide în fiecare etapă a vieții.

Angajamentul și empatia, de exemplu, încep odată cu primele relaționări dintre părinte și copilul mic și continuă să alimenteze modul nostru de a înțelege și de a ne păsa de ceea ce se întâmplă în comunitatea noastră și în lumea în care trăim. Curiozitatea și gândirea logică sunt fundamentele oricărui gen de studiu școlar, inovație și leadership organizațional. Și fără să își construiască apti-

tudini majore de conștientizare de sine, echilibru emoțional și disciplină interioară, potențialul de care dispune chiar și cel mai dotat copil va fi sub semnul riscului.

Aceste calități, precum și altele pe care urmează să le descriu în această carte, reprezintă sursa pentru realizările viitoare și fericirea de care se vor bucura copiii. După cum vom vedea, aceste calități își au rădăcina în experiență emoțională timpurie, iar părinții pot să facă o mulțime de lucruri pentru a le oferi o astfel de experiență. Oricât de talentați ar fi din punct de vedere fizic, cognitiv sau artistic copiii, aceste calități largesc aria posibilităților ce se deschid în viitorul lor.

Cele zece trăsături majore descrise în cartea de față cuprind în ele sănătatea intelectuală și mentală a unui copil. Când toate cele zece sunt prezente și operează la capacitate maximă în ființa unui copil, este posibil să îi auzim pe părinți și alți adulți spunând: „Ce copil grozav este Alicia (sau Andy)!” De fapt, când auzim că un adult este descris ca „o persoană grozavă”, aproape sigur se datorează acestor zece calități pe care el le deține.

Probabil că cel mai important lucru în legătură cu aceste trăsături este faptul că ele nu sunt întipărite în genele noastre – noi nu ne-am născut cu ele. Ele provin din experiența noastră, ceea ce înseamnă că absolut fiecare copil – chiar și aceia cu dificultăți de dezvoltare – se pot strădui să le dobândească, atât timp cât sunt ajutați de adulții care îi îngrijesc. În această carte, îmi propun să desfac firele împletite în structura sinelui cognitiv, emoțional și social pentru a descoperi cum se dezvoltă aceste trăsături. Vom vedea în detaliu care sunt genurile de îngrijire protectivă și plină de iubire care încurajează dez-

voltarea fiecăreia dintre aceste trăsături. Vom vedea de asemenea cum se întrepătrund dezvoltarea emoțională și cognitivă într-un mod dinamic pe tot parcursul dezvoltării unui copil.

Ce îşi doresc cei mai mulţi părinţi pentru copiii lor? Eu cred că sunt trei lucruri esenţiale: părinţii îşi doresc pentru copiii lor să aibă o viaţă fericită şi împlinită, să îşi întemeieze propriile lor familii unite şi să contribuie la bunul mers al societăţii într-un mod care să dea sens vieţii lor. Trăsăturile specifice ale copiilor grozavi, aşa cum sunt identificate aici, reprezintă aptitudinile de care este nevoie pentru a îndeplini fiecare dintre aceste scopuri. Este o călătorie lungă de la puiul de om, la copilul mic care învaţă să facă primii paşi şi la cel care urmează primii ani de şcoală, iar mai apoi la perioada adolescenţei şi până la momentul de vârf al dezvoltării, maturitatea. Un „copil grozav” înaintează prin decoruri cognitive şi emoţionale identificabile şi depăşeşte importante pietre de hotar de-a lungul drumului pe care îl parcurge.

Cu fiecare pas pe care îl fac în drumul lor spre definierea individualităţii, copiii învaţă noi aptitudini cognitive. Aşa după cum vom vedea, acestea se construiesc pornind de la experienţele lor emoţionale. Pe măsură ce cresc, copiii experimentează o gamă completă de emoţii – bucurie, tristeţe, mânie, iubire, satisfacţia succesului şi amărăciunea pierderii. Trăsăturile pe care le descriem în continuare se dezvoltă odată cu trăirea unor astfel de experienţe emoţionale şi parcurgerea unor etape distincte de dezvoltare.

Înainte să încep, vă propun să aruncăm o privire asupra hărţii parcursului de dezvoltare la care mă voi referi în fiecare capitol, pe măsură ce voi discuta în detaliu des-

pre cele zece trăsături specifice ale „copiilor grozavi”. Un copil trebuie să ajungă la anumite borne indicatoare pe drumul spre maturitate. Fiecare dintre noi a călătorit pe acest drum; acum a venit momentul pentru copiii noștri să înceapă călătoria. Înainte să privim îndeaproape la drumurile de acces spre empatie, curiozitate, echilibru emoțional și toate celelalte trăsături specifice, vă propun să ne uităm la etapele pe parcursul cărora ele se vor dezvolta.

Trezirea la viață. Din clipa în care am venit pe lume, învățăm cum să fim liniștiți și să ne adaptăm la ritmurile vieții, dar și să manifestăm interes față de lumea din jur și toate senzațiile prin care o percepem: tactul, sunetul, mirosul și gustul.

Angajarea și relaționarea. Odată ce devenim o parte din relațiile pe care le avem cu părinții noștri și persoanele care au grijă de noi, precum și cu ceilalți care ne iubesc, și noi, la rândul nostru, începem să iubim lumea din care facem parte.

Comunicarea. Procesul îndelungat prin care învățăm cum să comunicăm cu aceia pe care îi iubim începe o dată cu cele mai simple gesturi care urmăresc un scop: zâmbete, încuviințări sau dezaprobări din cap, încruntări din sprâncene, grimase de mânie, arătarea cu degetul dintr-un sens. Lucrul cel mai important, învățăm cum să răspundem la gesturile celor care au grijă de noi cu propriile noastre gesturi.

Rezolvarea de probleme și descoperirea unui simț al sinelui. Cu mult timp înainte să învățăm să folosim cuvinte la oricare nivel, noi învățăm să ne folosim de gesturi

pentru a rezolva probleme. Ne propunem să ne luăm părintele de mână și să ne deplasăm până la jucăria sau prăjiturica pe care ne-o dorim. Gângurim pentru a lăsa să se înțeleagă că aceea este cea pe care ne-o dorim și nu alta, în timp ce părintele ne întreabă care este preferința noastră. Acest flux continuu de schimb de gesturi cu ceilalți ne ajută să ne folosim de propriile simțuri, auzul, văzul, atingerea și al mișcării, ca de o echipă bine-orchestrată. Simțim cum noi înșine acționăm asupra lumii și, prin interacțiuni sociale, noi învățăm despre valorile prețuite de părinții noștri și normele după care se ghidează cultura noastră. Toate acestea se petrec înainte ca noi să putem vorbi.

Limbar și idei. Acum, învățăm să ne conectăm și folosim idei încărcate de emoții. Ele ghidează jocul nostru imaginar. Cuvintele fac posibil acum ca noi să îi lăsăm pe alții să înțeleagă ce simțim și ce dorim ca ei să facă pentru noi.

Logică. Odată ce am învățat să împărtășim ideile noastre, facem un alt salt uriaș și începem să construim punți de legătură între ele. Începem să gândim în mod logic. Putem să ne explicăm de ce suntem fericiți sau triști. Învățăm de asemenea să ne abținem de la ceva, nu doar pentru că vom fi pedepsiți pentru acel lucru, ci pentru că este „greșit”. Sentimentul nostru despre noi înșine începe să se bazeze pe modul nostru propriu de a aprecia dacă am făcut ceva corect sau greșit.

Odată ce am pătruns în lumea gândirii logice și a conectării emoțiilor și ideilor noastre, putem să stăpânim niveluri tot mai ridicate de dezvoltare emoțională și men-

tală. Pe măsură ce creștem și ne apropiem de maturitate, traversăm alte etape previzibile, tipuri mai elaborate de gândire și de autorefecție.

În această călătorie pe care o vom face împreună, vom vedea felul în care trăsăturile-cheie pe care noi le-am identificat continuă să se dezvolte și să vitalizeze existența copiilor grozavi. Atâta vreme cât noi vom avea grijă de ele, vom putea să îi ajutăm pe copiii noștri să construiască relații strânse, cariere de succes, familii închegate și un sentiment tot mai profund al sensului pe care ei au ales să îl dea existenței lor.

CAPITOLUL 1

ANGAJAMENTUL

Relaționarea cu ceilalți

De curând, am făcut o vizită la spital unei proaspete mămici, o prietenă de familie. Când am intrat în salonul ei din spital, ea își ținea bebelușul în culcușul format de sco-bitura brațului îndoit, iar cu mâna liberă împacheta lucrurile personale ce urmau să intre într-o mică geantă de voiaj pentru drumul înapoi acasă. Bebelușul era treaz și atent, căutând în jur după senzația de siguranță pe care i-o oferea brațul mamei sale, zâmbindu-i acesteia și bucurându-se să simtă căldura ei. În timp ce prietena mea continua să împacheteze lucrurile, ea îi murmură câteva note melodioase fetei ei nou-venite pe lume. Această legătură, ce dura numai de câteva ore, începuse promițător. Mama era relaxată și se bucura de contactul cu fetița ei; bebelușul era înconjurat de căldură, siguranță, cuibărit în culcușul brațelor iubitoare. O relație era pe punctul să înceapă.

Lecțiile de angajare într-o relație încep cu strângerea legăturilor dintre bebeluș și părinții lui. Pe măsură ce această fetiță va crește, ea își va consolida legături puternice cu toți membrii familiei ei apropiate, învățând să aibă încredere, să comunice, să muncească și să se joace

împreună. Prin relațiile ei cu ceilalți, ea va învăța ce înseamnă enervarea și mânia, dezamăgirea și tristețea. Pe măsură ce va crește, ea se va îndepărta de proximitatea cercului familiei sale, intrând într-o lume a celor de o seamă cu ea și, mai târziu, a unor grupuri mai mari de oameni. Învățarea modului în care să se angajeze în relații interumane și să simtă plăcerea din interacțiunea cu alți oameni – începând de la prietenii din școala elementară până la amicii din liceu și profesori, băieții cu care iese, un soț și apoi proprii ei copii – începe chiar din momentul în care ea privește pentru prima oară în ochii mamei ei și îi face plăcere să fie în apropierea mamei.

Abilitatea de a se angaja într-o relație cu o altă persoană este aptitudinea de bază pentru dezvoltarea unui copil grozav. De aici se dezvoltă capacitatea lui de a forma relații de încredere. Prin relațiile în care se angajează, copilul învață să își construiască nu doar un simț al sinelui, dar totodată un simț al realității lumii în care el trăiește.

De-a lungul vieții sale, un copil trebuie să fie capabil să „citească” și să relaționeze cu o diversitate de persoane. Pe măsură ce crește, această abilitate de a se conecta la lumea din jur îi va permite să își facă prieteni și să pună bazele unei diversități de relații cu cele mai importante persoane care îi sunt dragi, cunoștințe întâmplătoare și colegi sau clienți. În momentele de stres, el se va întoarce la cei care îi sunt aproape pentru a-l ajuta să se simtă mai bine și să găsească soluții la probleme. Prin conectarea cu ceilalți, copiii și adulții își împărtășesc plăcerile, bucuriile, momentele de mânie și de amărăciune pe care le traversează în viața lor.

Cum începe angajarea într-o relație

După cum putem vedea din scena la care am fost martor la spital, conexiunea începe imediat. Capacitatea de a iniția conexiunea interumană se dezvoltă la fel de rapid. Când va împlini vârsta de patru luni, bebelușul prietenei mele își va „curta” propria mamă întâmpinând-o cu zâmbete cuceritoare – și primind în schimb zâmbete. Plăcerea resimțită din această reciprocitate îi consolidează încrederea în relații și sentimentul propriei abilități de a se conecta la ceilalți din jurul său. Când va împlini opt luni, fetița va flirta cu persoanele care au grijă de ea și chiar cu străini; ea se va juca în mod activ de-a cucu-bau, râzând cu poftă și stabilind contacte.

Relaționarea prin exprimarea bucuriei

În primele luni de viață, bebelușii învață să traducă universul propriilor senzații în emoții. Ei încep să înțeleagă că există o lume în afara ființei lor, reprezentată la început de chipul lui tati, zâmbetul lui mami, atingerea plăcută a păturicii moi, zgomotul brusc al ușii care se trăneste sau o voce care răsună tare. Recunoașterea acestor tipare și învățarea diferenței dintre „mine” și „în afara mea” este un pas esențial pe care copilul mic îl face pentru a se conecta la realitatea din afara ființei lui.

La început, această realitate este percepută printr-un conglomerat continuu de senzații: temperatură, atingere, gust, auz, miros și imaginea chipurilor familiare. Fetița pe care am văzut-o la spital se folosea deja de toate sim-

țurile ei, iar acele simțuri erau concentrate pe prezența mamei ei – dar și a tatălui ei, în același timp, când el o ținea pe fetiță în brațele sale. Când părinții își strâng în brațe bebelușul, îi fredonează încet un cântecel, îl hrănesc și îmbăiază, îl cuprind în culcușul brațelor, liniștindu-l; angajarea lor în relația cu puiul lor îi produce acestuia o plăcere intensă. Această interacțiune îi oferă bebelușului prima sa experiență emoțională. Prin trăirea acestor sentimente, el va învăța rapid lecțiile esențiale despre lumea din exterior și despre felul cum funcționează ființele umane în ea.

D. W. Winnicott, marele psihanalist britanic, oferă o explicație sugestivă într-un mod încântător când descrie acest angajament timpuriu într-o relație interumană:

Există acel zâmbet cu care i se răspunde, care înseamnă puțin sau nimic, dar mai există și acel zâmbet care, până la urmă, lasă să se înțeleagă că bebelușul simte cum e să iubești și simte iubire în clipa aceea pentru mama lui. Mai târziu, bebelușul o împoașcă la baie cu stropi de apă, o trage de păr sau o mușcă ușor de lobul urechii sau se întinde cu mânuțele să îi dea o îmbrățișare și tot felul de astfel de gesturi... Pe baza acestora, bebelușul este capabil să treacă la o nouă etapă de dezvoltare și integrare.

Este simplu să iei drept firească această abilitate umană de a te conecta la ce este în jur. La urma urmelor, fiecare dintre noi are părinți, mulți dintre noi avem frați și cu toții trăim într-o lume populată de alte ființe umane. Însă această abilitate de a stabili legături cu ceilalți diferă foarte mult de la un individ la altul.