



*cărți bune pentru părinți buni*

Steve Biddulph este unul dintre cei mai cunoscuți psihologi din lume. Cărțile lui se găsesc în peste trei milioane de case, au fost traduse în 30 de limbi și au influențat felul în care ne privim copiii. Steve Biddulph crede că trebuie să ne redescoperim simțul comunității și să ne facem timp să ne iubim familia, planeta și pe cei cu care ne împărțim viața. Munca lui îl poartă în toate colțurile lumii, autorul oferind consiliere școlilor cu privire la educarea băieților pentru a deveni oameni mai buni. De asemenea, ține seminare pentru părinți. Steve este un ecologist înfocat la el acasă, în Tasmania, și în 2005 a condus un proiect despre drepturile omului – SIEV X Memorial Project – care a adus o schimbare pe plan politic și a determinat guvernul să aibă o atitudine mai binevoitoare față de refugiați.

De același autor, la Editura Humanitas a apărut volumul *Cum să ne creștem băieții*.

[www.stevebiddulph.com](http://www.stevebiddulph.com).

Fotografiile din cuprinsul cărții aparțin autorului, cu următoarele excepții: p. 23 © Barry Durdant-Hollamby; p. 24 © Anastasiia Markus/Shutterstock; p. 32 © Pavels Rumme/Shutterstock; p. 34 © Stocklite/Shutterstock; p. 37 © Monkey Business Images/Shutterstock; p. 70 © Wrangler/Shutterstock; p. 88 © Louise Mitchell; p. 92 © Harriet Atkins; p. 94 © Brooke Curran; p. 97 courtesy AFP, used with permission; p. 102 © Mari-dav/Shutterstock; p. 106 © Gorillaimages/Shutterstock; p. 108 © Monica King; p. 125 © Luxorphoto/Shutterstock; p. 128 © Wrangler/Shutterstock; p. 130 © Alexey Lysenko/Shutterstock; p. 132 © Audrey Snider-Bell/Shutterstock; p. 134 © Claudia Veja/Shutterstock; p. 137 © Asife/Shutterstock; p. 141 © Gemena.com/Shutterstock; p. 147 © Janet Atkins, Georgia Townley; p. 156 © Oliveromg/Shutterstock; p. 160 © Catalin Petolea/Shutterstock; p. 165 © Shutterstock; p. 177 © Pressmaster/Shutterstock; p. 183 © Monkey Business Images/Shutterstock; p. 190 © Louise Mitchell; p. 192 © Michaeljung/Shutterstock; p. 202 © Dotshock/Shutterstock; p. 219 © Michaeljung/Shutterstock.

Steve Biddulph

Cum  
să ne creștem  
fetele

Ilustrații de Kimio Kubo

Traducere din engleză de  
Veronica Sidon și Nicoleta Drăghiceanu

 HUMANITAS  
BUCUREȘTI

Redactor: Iustina Croitoru  
Coperta: Ioana Nedelcu  
Tehnoredactor: Manuela Măxineanu  
Corector: Cristina Jelescu  
DTP: Andreea Dobreci, Carmen Petrescu

Tipărit la Tipo Lidana – Suceava

Steve Biddulph

*Raising Girls*

Originally published in the English language by HarperCollins Publishers  
Ltd. under the title *Steve Biddulph's Raising Girls*

© Steve Biddulph 2013

© HUMANITAS, 2015, 2017, pentru prezenta versiune românească

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Biddulph, Steve

Cum să ne creștem fetele / Steve Biddulph; il. de Kimio Kubo;  
trad. din engleză de Veronica Sidon și Nicoleta Drăghiceanu. –

București: Humanitas, 2017

ISBN 978-973-50-5652-0

I. Kubo, Kimio (il.)

II. Sidon, Veronica (trad.)

III. Drăghiceanu, Nicoleta (trad.)

37

EDITURA HUMANITAS

Piața Presei Libere 1, 013701 București, România

tel. 021/408 83 50, fax 021/408 83 51

[www.humanitas.ro](http://www.humanitas.ro)

Comenzi online: [www.libhumanitas.ro](http://www.libhumanitas.ro)

Comenzi prin e-mail: [vanzari@libhumanitas.ro](mailto:vanzari@libhumanitas.ro)

Comenzi telefonice: 0372 743 382 / 0723 684 194

## CUPRINS

<i>O scrisoare de la Steve</i> . . . . .	7
Faceți cunoștință cu Kaycee și Genevieve . . . . .	9

### **Partea întâi:**

#### **Cele cinci etape ale copilăriei și adolescenței fetelor**

1. Cum să crezi fata desăvârșită . . . . .	21
2. Să începem cu începutul (de la naștere la 2 ani) . . . . .	35
3. Copiii învață să exploreze (de la 2 la 5 ani) . . . . .	57
4. Armonia în relațiile cu ceilalți (de la 5 la 10 ani) . . . . .	79
5. Descoperirea sufletului (de la 10 la 14 ani) . . . . .	111
6. Pregătirea pentru maturitate (de la 14 la 18 ani) . . . . .	145

### **Partea a doua:**

#### **Riscurile și modul în care le putem preveni:**

#### **Cele cinci mari zone de risc și cum le putem depăși**

7. Prea sexy, prea devreme . . . . .	163
8. Răutăcioasele . . . . .	181
9. Siluetă, greutate și alimentație . . . . .	193
10. Alcoolul și drogurile . . . . .	211
11. Fetele și universul virtual . . . . .	223

**Partea a treia:  
Fetele și părinții lor**

12. Fetele și mamele lor.....	237
13. Fetele și tații lor.....	249
<i>Ce s-a întâmplat cu Kaycee?</i> .....	263
<i>Post-scriptum</i> .....	267
<i>Colaboratori și mulțumirile autorului</i> .....	269
<i>Note</i> .....	273



## O scrisoare de la Steve

Dragii mei cititori,

Dați-mi voie să vă povestesc câteva lucruri despre mine, înainte să începeți lectura propriu-zisă a acestei cărți, pentru a putea cunoaște persoana din spatele cuvintelor. Oamenii cred deseori că sunt tată de băieți, pentru că am scris despre băieți și le-am pledat cauza timp de mulți ani. De fapt, primul nostru copil a fost băiat (acum e bărbat). Atunci când prietenii ne-au întrebat ce ne-am dori în continuare, am răspuns că nu contează și chiar credeam că așa este. Dar, în momentul în care s-a născut fiica noastră – printr-o cezariană de urgență, în timpul căreia mi-am dat toată silința să nu leșin –, am fost copleșit de bucurie. Nu-mi venea să cred cât de fericit eram. Fericirea aceasta nu a dispărut niciodată. Am scris despre băieți dintr-un singur motiv – reprezentau un domeniu cu probleme serioase, iar deontologia îmi cere să mai dau o mână de ajutor acolo unde este nevoie de mine. În vremurile acelea, fetele nu puneau mari probleme. Însă cam acum cinci ani, lucrurile au început să se schimbe. A început să se remarce o scădere bruscă și accentuată a sănătății mintale a fetelor. Cazurile de anorexie și automutilare, care altădată erau extrem de rare, apăreau acum în orice școală și la orice colț de stradă. Dar, mai mult



decât atât, fetele erau mai stresate și mai deprimare decât oricând. Fetele nu se nasc urându-și trupul. Nu se nasc urându-și viața. Se întâmplă însă ceva care le otrăvea sufletul. Ceva ce părea să fie o problemă a începutului adolescenței și care, cu fiecare an ce trece, pare a se instala din ce în ce mai devreme.

Ca răspuns, s-a dezvoltat o întreagă mișcare mondială în sprijinul fetelor – susținută de avocați, terapeuți și cercetători –, care a încercat să mobilizeze părinții și comunitatea. Mulți dintre acești oameni îmi erau prieteni și împreună am simțit necesitatea unei cărți simple și pe înțelesul părinților, care să-i ajute pe aceștia din urmă să repună adolescența fetelor pe făgașul cel bun. Cartea la care ne gândeam este cea pe care o aveți chiar acum în mână. Creșterea unor fete puternice se face încă din fragedă pruncie. Trebuie să le iubim și să luptăm cu tot ceea ce-ar putea să le doboare. Trebuie să facem cele mai bune alegeri, deoarece lumii de azi nu pare să-i pese de fete, văzându-le doar ca pe niște instrumente de a produce bani. Bineînțeles că unele dintre aceste probleme au fost și rămân mereu actuale. Fetele au trebuit să fie puternice dintotdeauna.

Adolescența unei fete este o căutare, o călătorie de-a lungul căreia adună înțelepciunea necesară pentru a deveni femeie. În această căutare, noi suntem călăuzele ficelor noastre. Pentru a le fi călăuze, avem nevoie de hărți de calitate, exemple bune de urmat și o privire limpede.

Poate că fiica dumneavoastră e încă bebeluș. Poate este adolescentă. Orice vârstă ar avea, sper ca această carte să vă încurajeze, să vă dea energia de a transforma lumea într-un loc mai bun pentru ea și pentru toate celelalte fete. Și mai sper că vă va ajuta să îi dăruiți toată dragostea de care sunteți în stare.

*Cu stimă,  
Steve Biddulph*



## Faceți cunoștință cu Kaycee și Genevieve

Aș vrea să vă fac cunoștință cu două fete. Se numesc Kaycee și Genevieve. Au 17 ani și sunt în clasa a XII-a. Sunt niște puștoaice nemaipomenite, prietenoase și deștepte. V-ar plăcea să stați de vorbă cu ele. Fetele se cunosc de la creșă. Au fost cele mai bune prietene în școala generală și toți credeau că așa vor rămâne pentru totdeauna. Dar, în momentul în care Kaycee și Genevieve au intrat la gimnaziu, între ele a avut loc o ruptură. Motivul e greu de precizat, bănuiesc că nici ele n-ar ști să-l spună, însă azi, dacă trec una pe lângă cealaltă pe holurile școlii, au acel sentiment ciudat pe care îl ai față de cineva care ți-a fost prieten odinioară, dar de care te-ai îndepărtat între timp.

Viețile lui Kaycee și Genevieve au luat întorsături diferite. Vă voi spune poveștile lor, pentru că ele vorbesc de la sine despre primejdiile și speranțele din copilăria și adolescența fetelor din ziua de azi.

### **Povestea lui Kaycee**

Să facem cunoștință mai întâi cu Kaycee. La prima vedere, Kaycee pare a fi foarte matură pentru vârsta ei. E machiată foarte atent, poartă toaletele cele mai la modă, vorbește repede și clar. Această încredere în sine poate fi autentică în cazul unui adolescent, dar, dacă te pricepi la tineri destul de bine, ajungi să te întrebi dacă nu cumva Kaycee „s-a maturizat prea repede“. Și mai e un amănunt pe care îl puteți remarca legat de felul cum se poartă: pare plictisită de lume.



Atunci când vorbește e mai degrabă cinică și dură. Pentru o adolescentă de 17 ani, nu lasă impresia că s-ar simți prea bine.

Atunci când Kaycee avea 14 ani, s-a întâmplat ceva important. Nu a fost ceva despre care merită să se scrie în ziar, ci o experiență care i-a afectat cursul vieții.

Pe la jumătatea clasei a IX-a, Kaycee a fost invitată la ziua de naștere a unui coleg. Părinții sârbătoritului au lăsat să se înțeleagă că invitații vor fi supravegheați, când, de fapt, lucrurile au stat cu totul altfel în seara aceea. Așa că petrecerea a decurs exact cum vă imaginați că ar decurge o petrecere de 40 sau 50 de copii lăsați peste noapte într-o casă, cu alcool la discreție și fără vreun adult prin preajmă: muzica la maxim, haos, lucruri scăpate de sub control. Lui Kaycee i s-a părut foarte interesant; mai ales pentru că acolo se afla și un băiat de 17 ani, din clasa a XI-a, Ciaran, pe care îl știa de la școală.

Kaycee și prietenele ei se uitaseră deseori după Ciaran, pentru că arăta bine și era *cool*, dar în seara aceea ceva era diferit – se uita și el *după ea*. Ba mai mult, în mod surprinzător, lucrurile au evoluat. Băiatul a stat cu ea, au vorbit, au băut ceva. Au vorbit și în grădină, unde s-au îmbrățișat puțin. Fetei nu-i venea să creadă ce noroc are (de-abia se abținea să nu-și ia telefonul și să-nceapă să dea sms-uri!). După o vreme, Ciaran s-a ridicat în picioare, a luat-o de mână și a condus-o la etaj, într-unul dintre numeroasele dormitoare din casa aceea mare, luxoasă și lipsită de adulți. Au făcut sex.

Totul s-a petrecut mult mai repede și mai lipsit de tandrețe decât ceea ce-și imaginase Kaycee despre prima ei experiență sexuală. Încețoșat de alcool, creierul fetei nu funcționa prea

bine; totuși era conștientă de trecerea de la sentimentul de încântare că este în centrul atenției lui Ciaran la senzația de disconfort și sentimentul că e forțată, invadată, că nu e tratată ca un om. După ce s-a terminat, ceea ce s-a întâmplat destul de curând, Ciaran a reușit totuși să o sărute înainte de a-și netezi hainele și a pleca din cameră. După ce și-a revenit, Kaycee s-a întors la petrecere, unde s-a simțit nesigură și neîncrezătoare. Apoi l-a văzut pe Ciaran în mijlocul unui grup de prieteni care o priveau rânjind. Într-o clipă și-a dat seama că băiatul le povestise despre „cucerirea“ lui. I-au dat lacrimile, a fugit din casă și s-a dus în grădină unde a izbucnit în hohote. Deși una dintre prietenele ei a încercat să o liniștească, Kaycee nu i-a spus ce se întâmplase.

În seara aceea s-a întors acasă cuprinsă de un fel de furie de gheață. Acum îl ura pe Ciaran și a urât o vreme băieții în general. Kaycee era o fată curajoasă, fusese independentă toată viața. Părinții ei, veșnic ocupați, puneau preț pe autonomia fiicei lor. Nu a spus nimănui ce se întâmplase. (Trei ani mai târziu, când, în sfârșit, părinții fetei au aflat, în timpul unui consiliu de familie, despre incident, s-au întristat și au fost șocați). Dar, precum alte milioane de fete dinaintea ei care au avut o primă experiență sexuală regretabilă sau care nu le-a plăcut, Kaycee și-a ascuns rănile și și-a văzut mai departe de viață. Nu mai era însă fata de altădată. Să o fi îndepărtat această experiență de băieți? Nici vorbă. Întâmplarea a făcut-o mai degrabă invulnerabilă, Kaycee nemailăsându-se folosită. A început să se culce cu băieți din proprie inițiativă și în condițiile impuse de ea. Ea îi alegea, ea lua hotărârile. Până la vârsta de 17 ani, când a stat pentru prima oară de vorbă cu un psiholog, Kaycee făcuse sex cu șapte băieți. E posibil să fi fost opt, dar era vorba de o noapte când se îmbătase, așa că nu era sigură.

Acum, în clasa a XII-a, Kaycee a devenit cumva mai echilibrată, are un prieten stabil. Dar nu îl apreciază prea mult și mărturisește că are de gând „să-i dea papucii cât de curând“.

Știm din cercetările făcute (și din amintirile noastre, ale tuturor, legate de propria adolescență) că experiența lui Kaycee nu e ieșită din comun. Unii ar putea susține că n-ar trebui să mai fim așa crispați când vine vorba de sexul între adolescenți, lasându-i pe aceștia să facă greșeli și să învețe din ele. (Acest lucru reprezintă, de asemenea, un argument convingător pentru acei părinți care preferă să nu se implice sau care sunt prea ocupați ca să-și mai supravegheze copiii îndeaproape.) Dar să nu ne abatem de la povestea noastră... În prezent, viața lui Kaycee nu merge prea bine. Părinții ei au cerut ajutor, în cele din urmă, nu din cauza vieții ei sexuale, pe care o cunoșteau doar vag și pe care, de fapt, nici nu doreau să o cunoască, ci din pricina problemei fetei cu băutura, care dădea semne că scapă de sub control (ea nu avea, desigur, vârsta legală) și a rezultatelor slabe la școala privată la care era înscrisă și unde taxele erau enorme.

Era mijlocul anului școlar, iar profesorii erau preocupați de notele proaste ale fetei și de nenumăratele ei absențe. Familia fusese sfătuită să „consulte un specialist“. Când părinții au dus-o la un terapeut, Kaycee era furioasă că fusese adusă acolo. Dar, după o jumătate de oră, datorită înțelegerii cu care a fost ascultată, fata și-a dezvăluit sentimentele.

Faptul că părinții au căutat ajutor de specialitate – nu doar pentru Kaycee, ci și pentru ei înșiși – a fost un pas îndrăzneț care s-a dovedit a fi, de fapt, crucial. Spre sfârșitul cărții ne vom întoarce la Kaycee și la părinții ei, pentru a vă spune cum s-a terminat povestea.

## **O schimbare majoră și bruscă**

În viața fetelor s-a produs o schimbare majoră în ultimii zece ani. Aceasta le afectează la toate vârstele, din copilărie și până în adolescență. În timp ce dorințele și visurile fetelor pe cale să devină femei sunt aceleași ca pe vremea noastră, lu-

mea le impune schimbări la o cu totul altă scară. În special, anumite lucruri încep de la o vârstă mai fragedă.

Acest aspect esențial în dezvoltarea fetelor, menționat pentru prima oară de către Maggie Hamilton în cartea sa *Ce se întâmplă cu fetele noastre?*, trebuie neapărat reținut. Pentru a ne putea înțelege fiicele, trebuie să ne dăm seama că ele au o copilărie diferită de cea pe care am avut-o noi. Pe scurt, ele sunt la 14 ani așa cum eram noi la 18. La 10 ani, așa cum eram noi la 14. Schimbările de comportament sunt cauzate de presiunile de a fi altfel decât sunt pe care le face anturajul asupra lor și de incapacitatea noastră de a le proteja, pentru că și noi suntem răspunzători într-o anumită măsură. Noi – și asta înseamnă toată lumea, părinți, rude, prieteni și societate – nu mai suntem alături de fete în copilăria și adolescența lor așa cum eram odinioară. Nu ne-am dedicat timpul fetelor noastre, nu am avut grijă de ele și nici nu le-am învățat anumite lucruri.

În ultimii zece ani, lacoma lume corporatistă și-a dat seama că fetele, și în special fetițele chiar înainte de a intra în adolescență, reprezintă o țintă ușoară. Companiile au văzut că se înregistrează profituri enorme de pe urma exploatarea fricilor lor (de fapt, de pe urma provocării acestor frici) legate de orice, de la piele la greutate corporală, la relații de prietenie, haine și chiar trecerea la vârsta adultă. În sălile de ședință ori în agențiile de publicitate, în magazine și mass-media, a început războiul împotriva fetelor. Cu succes. Oriunde s-ar uita, orice fată vede mesaje care o fac să se teamă că nu e îndeajuns de bună, și devine astfel prizoniera ideilor înguste despre cum ar trebui să arate, să gândească și să se poarte. Asaltul susținut asupra adolescentelor este fără precedent, mergând de la reclame pentru produse de slăbit ori alcool, la constrângerile modei și până la invazia pornografiei.

Rezultatul este că multe fete au pierdut patru ani<sup>1</sup> de copilărie armonioasă și de dezvoltare. Ele sunt forțate să iasă din copilărie, deși nu au încheiat-o și nici nu s-au bucurat de ea pe deplin. Ca urmare, fetele intră într-o stare de suferință și