

GÁSPÁR GYÖRGY

AVEM NEVOIE DE POVEȘTI

PENTRU A CREȘTE
OAMENI MARI



AVEM NEVOIE DE POVEȘTI
pentru a crește oameni mari

GÁSPÁR GYÖRGY este psiholog clinician și psihoterapeut relațional, având specializare în hipnoza clinică, psihoterapia de familie și psihoterapia integrativă. Profesează în domeniul sănătății relaționale de peste zece ani. Este membru fondator și președinte al Asociației Multiculturale de Psihologie și Psihoterapie, unde coordonează programul de formare în psihoterapia familiei și e responsabil pentru dezvoltarea strategiei de colaborare europeană-americană în domeniul psihologiei și al psihoterapiei relaționale. Deține un cabinet privat în București, unde acordă servicii de consiliere și psihoterapie pentru copii, adolescenți și adulți, cupluri și familii.

Acest material a fost realizat în colaborare cu Valentina Roman, directorul executiv al Asociației Curtea Veche.

Redactor: Cristina Drăgulin

Tehnoredactor: Chirachița Dogaru

contact@asociatiacurteaveche.ro

www.asociatiacurteaveche.ro

© ASOCIAȚIA CURTEA VECHE, 2017



INTRODUCERE

Adevărul despre nevoia de povești și despre valoarea lecturii

Poveștile sunt necesare pentru buna noastră funcționare așa cum sunt oxigenul, hrana, somnul, siguranța relațională și iubirea exprimată în interacțiunea cu cei dragi. Prin urmare, adulții preocupați și interesați de starea de bine a copiilor se vor asigura de accesul acestora la cărți — cu intenția de a le cultiva interesul și pasiunea pentru lectură. Iar adulții care sunt conștienți și de importanța relațiilor vor avea grijă ca prichindeii să aibă mereu la îndemână poveștile potrivite vârstei și nevoilor lor de dezvoltare.

Poate vă întrebați ce legătură există între relații și cărți?! Ei bine, una foarte importantă, deoarece, exact așa cum ne îngrijim de fiecare conexiune importantă din viața copiilor — interacțiunea cu noi, ca îngrijitori, cu frații sau cu semenii, cu bunicii și cu alte rude —, tot așa este esențial să cultivăm și relația copiilor cu poveștile. Aceasta este tot o formă de interacțiune, una în care nu putem forța apropierea, dar nici nu este înțelept să stăm nepăsători față de ceea ce se întâmplă. Este genul de relație care durează întreaga viață și care poate fi caracterizată atât de o iubire profundă, cât și de o ură aprigă.

Dacă ar fi să-mi închid ochii, îmi imaginez această conexiune a omului cu poveștile ca orice altă legătură invizibilă, iar pentru a ne fi mai ușor să o înțelegem aleg să o prezint ca fiind asemenea unei relații de prietenie—una fundamentală și cu impact de lungă durată, alături de cei mai liniștiți și constanți camarazi din Univers.

Din punctul meu de vedere, ca cercetător al psihicului uman și „reparator“ al conexiunilor interpersonale, printre nevoile umane esențiale se numără și cea de povești—este adevărat că existența noastră nu depinde de aceasta, însă, în mod cert, așa cum ne arată și nenumărate studii de specialitate, succesul și reușita în viață sunt puternic influențate și de relația pe care o avem cu poveștile. Dezvoltarea neuro-cognitivă (funcționarea creierului), stilul de atașament, stima de sine, performanțele școlare, abilitățile socio-emoționale, nivelul de maturitate relațională și reziliența (capacitatea de a ne descurca în situații dificile) sunt doar câteva dintre ariile vieții care funcționează mai mult sau mai puțin bine și în funcție de maniera în care este satisfăcută nevoia de povești și de lectură.

Eu am crescut într-o familie în care nu s-au citit povești din varii motive: lipsa de timp, preocuparea adulților față de alte aspecte ale vieții și, cu siguranță, inclusiv lipsa de modele în acest sens. Nu aș putea spune că din această cauză nu m-am dezvoltat, însă știu sigur că am început „să cresc“ psihologic și relațional din momentul în care am făcut loc poveștilor în viața mea. În copilărie fugeam de lectură și de cărți, dar nu pentru că nu simțeam nevoia de povești, ci pentru că nu mi s-a cultivat acest impuls și, în timp, am ajuns să mă comport ca și cum nici



nu ar exista. Însă, din fericire, lucrurile s-au schimbat și în prezent nu-mi pot imagina viața fără povești și fără lectură. Acesta este motivul principal pentru care m-am alăturat echipei de la Asociația Curtea Veche—în semn de respect față de importanța poveștilor în viața unui om, indiferent de vârstă, gen, statut sau nivel educațional. Noi toți avem nevoie de povești pentru a crește, pentru a ne conecta, pentru a depăși situațiile dificile și pentru a ne găsi sensul vieții.

Astfel, indiferent că ești părinte, cadru didactic, specialist în sănătate, lider într-o comunitate sau un tânăr cititor, acest ghid te poate ajuta să transformi lectura într-o practică sănătoasă și chiar distractivă pentru cei mici, pentru cei mari și poate pentru întreaga familie.

Cuprins

Prefață

Lectura, calea deschisă
către noi înșine și către lume / 5

Introducere

Adevărul despre nevoia de povești
și despre valoarea lecturii / 11

Călătoria descoperirii de sine
cu ajutorul poveștilor sau
marea aventură numită viață / 15

Nevoia de a fi ținută în brațe
și de a ni se spune povești / 19

Nevoia de explorare, conturarea identității
și locul în care se găsesc cărțile / 27

Nevoia de competență
și beneficiile copilului căruia i se citește / 35

Nevoia de conectare socială,
apartenența și prima poveste citită singur / 45

Nevoia de intimitate relațională
și cum ne ajută poveștile să supraviețuim adolescenței / 57

Bine de știut / 67

Gânduri de final / 77

Câteva idei pentru o lectură distractivă în familie / 79

Resurse suplimentare / 85

Asociația Curtea Veche a fost înființată în martie 2014, pentru a dezvolta într-un mod independent și susținut activitatea de responsabilitate socială începută de Curtea Veche Publishing, și anume promovarea lecturii de plăcere în rândul copiilor. Studiile arată că, începând cu clasa a treia, copiii care nu citesc cu ușurință au din ce în ce mai puține șanse să-i ajungă din urmă pe colegii lor care citesc fără probleme. Acest risc este mult mai crescut în rândul copiilor proveniți din medii socio-economice vulnerabile, unde accesul la carte este aproape imposibil. Prin programele noastre ne propunem ca toți copiii, indiferent de situația lor socială și financiară, să aibă acces la cărți pe care să le citească din plăcere.

Considerăm că suntem cu toții responsabili de ceea ce se va întâmpla cu generațiile viitoare dacă astăzi copiii încetează să mai citească. Oferim resurse gratuite pentru profesorii din mediul rural, organizăm evenimente speciale în mediul urban și facilităm accesul la carte pentru copiii din zonele defavorizate prin donații și organizarea de cluburi de lectură.

