

C O M O
C R I A R
F I L H O S
P A R A O
M U N D O 

Esther Wojcicki

C O M O
C R I A R
F I L H O S
P A R A O
M U N D O



LIÇÕES SIMPLES
PARA RESULTADOS RADICAIS

TRADUÇÃO GUILHERME MIRANDA

f^oNTANAR

Copyright © 2019 by Esther Wojcicki

O selo Fontanar foi licenciado para a Editora Schwarcz S.A.

Grafia atualizada segundo o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, que entrou em vigor no Brasil em 2009.

TÍTULO ORIGINAL How to Raise Successful People:
Simple Lessons for Radical Results

CAPA Diana Cordeiro

IMAGENS DE CAPA Coração © Marina Zezelina/ Shutterstock;
Nuvens © examphotos/ Shutterstock

PREPARAÇÃO Carolina Falcão

ÍNDICE REMISSIVO Luciano Marchiori

REVISÃO Carmen T. S. Costa e Renata Lopes Del Nero

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Wojcicki, Esther

Como criar filhos para o mundo : Lições simples para resultados radicais / Esther Wojcicki ; tradução Guilherme Miranda. — 1ª ed. — São Paulo : Fontanar, 2020.

Título original: How to Raise Successful People: Simple Lessons for Radical Results.

ISBN 978-85-8439-163-9

1. Crianças – Criação 2. Crianças – Desenvolvimento
3. Crianças – Educação 4. Crianças – Psicologia 5. Crianças – Relações familiares 6. Família 7. Pais e filhos 8. Papel dos pais 1. Título.

20-32957

CDD-649.1

Índice para catálogo sistemático:

1. Educação de filhos : Educação familiar 649.1

Maria Alice Ferreira – Bibliotecária – CRB-8/7964

[2020]

Todos os direitos desta edição reservados à

EDITORA SCHWARCZ S.A.

Rua Bandeira Paulista, 702, cj. 32

04532-002 — São Paulo — SP

Telefone: (11) 3707-3500

facebook.com/Fontanar.br

*Ao meu marido, Stan, minhas três filhas,
Susan, Janet e Anne, meus nove netos e
todos os outros membros da minha família, meu
desejo de CRIAR em suas vidas e no mundo.*

Sumário

Prefácio	9
Introdução	17
1. A infância que você gostaria de ter tido	33
CONFIANÇA	
2. Confie em si mesmo, confie em seu filho	59
RESPEITO	
3. Seu filho não é seu clone	97
INDEPENDÊNCIA	
4. Não faça pelos seus filhos o que eles podem fazer por conta própria	129
5. Dê garra ao seu filho	166
AMPARO	
6. Não imponha, colabore	197
7. As crianças escutam o que você faz, não o que você fala	230

RECIPROCIDADE

8. Dê o exemplo. É contagioso	261
9. Ensine seu filho a se importar	290
Conclusão	317
Agradecimentos	325
Notas	331
Índice remissivo	336

Prefácio

Susan, Janet e Anne Wojcicki

Como três cobaias de “Woj”, pensamos que seria apropriado que as filhas dela fizessem o prefácio sobre como foi realmente serem criadas do jeito Woj. “Woj”, claro, é o apelido carinhoso dado pelos alunos da nossa mãe décadas atrás — pegou —, e os métodos dela se focam em confiança, respeito, independência, amparo e reciprocidade (criar), os valores universais que ela explora nas páginas a seguir.

A vida trouxe todo tipo de surpresas, desde nossas carreiras no Google, YouTube, 23andMe e Centro Médico da UCSF até os desafios de criar nossos próprios filhos, um total de nove dividido entre as três. Seguimos os altos e baixos que surgem em qualquer vida, e boa parte da nossa capacidade de progredir se deve à maneira como nossos pais nos criaram.

Quando nossa mãe nos contou que estava escrevendo este livro, desenterramos nossas pilhas de diários do ensino primário até a faculdade. Nossa mãe, sempre a jornalista, achava que era uma excelente ideia fazermos diários de cada viagem, especialmente quando nos mudamos para a França em 1980. Embora haja muitas histórias divertidas de brigas e má-criação, há também alguns dos temas princi-

pais: independência, responsabilidade financeira, viabilidade, mente aberta, coragem e valorização da vida.

Uma de nossas maiores alegrias hoje é a sensação de independência. Nossos pais nos ensinaram a acreditar em nós mesmas e na nossa capacidade de tomar decisões. Eles confiaram em nós e nos deram responsabilidades desde muito cedo. Tínhamos liberdade para ir a pé sozinhas até a escola, andar de bicicleta pelo bairro e sair com os amigos. Desenvolvemos uma confiança que nossos pais reforçavam respeitando nossas opiniões e ideias. Não lembramos de nenhum momento em que nossas ideias ou pontos de vista tenham sido descartados só porque éramos crianças. Desde muito cedo, nossos pais ouviam e agiam em uma via de mão dupla de aprendizado. Aprendemos a nos defender, a escutar e a admitir quando podíamos estar erradas.

No ensino médio, Anne teve uma conversa esclarecedora na nossa sinagoga sobre relações entre pais e filhos. O pai que fez dupla com ela falou que era obrigação do filho escutar. Ela explicou que, na nossa família, nós debatíamos, mas que nossos pais sempre nos escutavam; eles nunca diziam: “Não, porque o pai aqui sou eu”. Depois, ela escreveu no diário que era muito grata por ter pais que não educavam com autoridade. Quase nunca brigávamos. Discutir sim, mas brigar não. Por isso, somos extremamente gratas a eles pela independência que nos deram desde cedo.

Ao lado da independência está a liberdade financeira. Liberdade financeira não significa ser rico; significa ter cuidado com o dinheiro e se planejar para os itens ou aspectos da vida considerados essenciais. Nossos pais são extremamente disciplinados em relação a gastos e economias. Os dois cresceram como filhos de imigrantes e sempre nos lembravam de como as pessoas gastam com produtos des-

necessários e depois sofrem por não conseguir pagar aquilo de que precisam. A importância disso vinha em lições diárias. Saíamos para jantar, mas nunca pedíamos bebidas ou aperitivos. Antes de irmos ao mercado, sempre recortávamos nossos cupons e líamos as propagandas nos jornais. Uma vez, minha mãe trouxe para casa a comida extra que tinha recebido no avião e serviu para Anne como jantar — os amigos de infância dela nunca se esqueceram disso!

Quando estávamos no ensino fundamental, nossa mãe nos mostrou um gráfico de juros compostos, e ficamos decididas a economizar pelo menos alguns milhares de dólares por ano. Tivemos cartões de crédito e talões de cheques antes mesmo de poder dirigir porque nossa mãe queria nos ensinar a disciplina de pagar nosso cartão todo mês e equilibrar nossos cheques. Também fomos incentivadas a abrir nosso próprio negócio desde pequenas. Vendemos tantos limões do limoeiro da vizinha que o bairro nos chamava de “meninas do limão”. Susan tinha um negócio chamado “cordas de especiarias” (temperos amarrados em um barbante para pendurar na cozinha) e ganhava centenas de dólares já no sexto ano. A ideia foi dela, mas nossa mãe comprou os materiais e a apoiou saindo com ela para vendê-los. Vendemos centenas de biscoitos das escoteiras de porta em porta. E, quando ficávamos muito entediadas, embalávamos nossos brinquedos antigos e tentávamos vendê-los para os vizinhos, e olha que eles até compravam — às vezes.

Em família, viagem e educação eram nossas prioridades, e tudo o mais tinha recursos mínimos. (Observação: nosso pai usa o mesmo par de sandálias há sessenta anos.) Quando viajávamos, ficávamos no hotel mais barato, e sempre com um cupom de desconto. Gastar dinheiro era uma questão de fazer escolhas conscientes. Nunca fomos ricos, mas nossas

decisões em relação a despesas nos davam a liberdade financeira para ter as experiências que queríamos na vida.

Nossa mãe é mestre em nunca procrastinar nem reclamar. Se algo precisa ser feito hoje, ela faz! Ela nos ensinou tudo sobre lavar roupas, limpar a casa, passar aspirador, dar telefonemas e praticar exercícios — tudo ao mesmo tempo em menos de uma hora. Nunca conhecemos ninguém tão eficiente quanto nossa mãe. Ela nos ensinou que cumprir as obrigações é menos indolor do que procrastinar, que o fim de semana pode ser muito mais divertido quando a lição de casa já foi feita na sexta-feira em vez de passar o fim de semana inteiro com aquilo na cabeça e só deixar para terminar no domingo.

Embora a filosofia da nossa mãe se concentrasse no desenvolvimento de habilidades, ela às vezes recorria a subornos. Um exemplo de que Susan se lembra anos atrás é o mau hábito dela de roer as unhas. Nossa mãe prometeu lhe dar um coelho se ela parasse. Depois de seis semanas em que Susan não roía mais as unhas (nossa mãe disse que era o período necessário para largar um mau hábito), ela trouxe um ratinho de estimação porque o dono da loja a convenceu de que os ratinhos eram animais de estimação melhores do que os coelhos. Na verdade, ela trouxe três ratinhos: Snowball, Midnight e Twinkle.

Nossa mãe é uma pessoa muito sociável: ela realmente gosta de estar cercada por todo tipo de gente e emana uma energia calorosa e acessível porque sempre tem a mente aberta para aprender coisas novas. É uma empreendedora natural, sempre aberta à mudança e à inovação. Não foi coincidência ou sorte que ela tenha conseguido incorporar a tecnologia em seus cursos e nas salas de aula enquanto o Vale do Silício ainda estava nascendo; ela ama inovar. Ela

vive aprendendo com os alunos e, em parte, é por isso que eles confiam nela e a respeitam — porque ela acredita na visão de mundo deles (e cresce com ela). Muitos adultos são relutantes em mudar rotinas, o que torna difícil para eles interagir com adolescentes. Mas nossa mãe — agora na “terceira idade”! — é o completo oposto, e é por isso que os estudantes vêm atrás dela. Eles sabem que ela vai respeitá-los e vai estimular suas ideias, por mais malucas que sejam. Às vezes, parece até que ela prefere as ideias mais malucas! Sempre ficamos surpresas que nossa mãe, que já está na casa dos setenta, fique energizada (e nem um pouco cansada) depois de trabalhar até tarde (quase meia-noite) com adolescentes no jornal da escola.

Uma das melhores qualidades dela como professora e como mãe é de fato tentar entender o aluno como uma pessoa e trabalhar dentro dos interesses do aluno para que ele se sinta motivado em vez de obrigado a fazer algo. Se uma de nós chegasse em casa e dissesse que não gostava de uma matéria, ela perguntava o motivo. Ela tentava entender o que estava acontecendo: precisávamos da ajuda de um professor particular? Ou tivemos algum problema com um professor ou um colega de classe? Então tentava encontrar uma solução que se adequasse às nossas necessidades e ajudasse a resolver o problema. Da mesma forma, ela se esforçou para entender nossas paixões ao longo dos anos. Apoiou o interesse de Anne por patinação no gelo, o foco de Janet em estudos africanos e o empenho de Susan em seus projetos de arte. Ela nos inspirou com livros, artigos interessantes, palestras e cursos. Sempre deixou que os alunos escolhessem os temas do jornal da escola e defendeu a opinião deles. Quando conversamos sobre criação dos filhos, ela nos lembra que não se pode obrigar uma criança a

fazer o que quer que seja: precisamos motivá-la a querer fazer aquilo por conta própria.

Também queremos enfatizar a bravura da nossa mãe, em particular na luta por justiça. Ela é sempre a primeira a apontar quando algo está errado. Não tem medo de falar o que pensa, de defender os oprimidos nem de desafiar o status quo. É uma característica essencial no contexto do jornalismo e da liberdade de imprensa. Janet lembra de estar na fila de uma loja em que estavam tentando nos vender algo de má qualidade e, claro, tivemos de pedir para chamar o gerente ou recorrer à ameaça de “fazer uma denúncia à defesa do consumidor”. O mantra da nossa mãe sempre foi: “Se você não falar nada, não denunciar nem reclamar, a mesma coisa vai acontecer com outra pessoa”. Outra memória de Janet: nossa mãe questionando o pediatra que queria prescrever antibióticos. “Ela precisa mesmo disso?”, ela perguntava. “Posso olhar o ouvido dela também?” Convenções, autoridade e poder não eram para ser temidos. Por outro lado, nem sempre era divertido ter uma mãe que falava tudo o que vinha à cabeça para professores, pais de amigos, namorados etc. Depois de todos esses anos sendo criada por ela, é impossível pensar numa situação em que nossa mãe ficou sem graça ou relutou em expor sua franca opinião. Ela também não hesita em expressar ao secretário de Educação sua visão sincera sobre o sistema educacional. Esse tipo de postura diante do mundo promove um ambiente em que os jovens ganham força e resistência para seguir seus sonhos e interesses, sem desistir ou se deixar intimidar. Acreditamos que grande parte do nosso ímpeto e da nossa determinação vem desses primeiros exemplos da nossa mãe de se recusar a desistir ou ceder.

Por fim, e mais memorável do que tudo, ela nos ensinou a amar a vida. Ela é uma boba alegre. Faz piadas. Tem poucas formalidades e quebra estereótipos. Ama se divertir. Conheceu nosso pai (literalmente) enquanto descia a escadaria de seu dormitório em Berkeley dentro de uma caixa de papelão. Ela nos fez ser expulsos de restaurantes por causa do seu mau comportamento (e não das filhas)! Aos setenta e cinco anos, descobriu a Forever 21 e decidiu que era a melhor loja de roupas para ela. Dez anos atrás, ligou para Anne quando estava em Nova York com uma dezena de estudantes adolescentes de jornalismo atrás dela e disse: “Anne! Achamos uma promoção no aluguel de limusines e estamos andando por Nova York botando a cabeça para fora do teto solar! Que balada você sugere? Queremos dançar!”. Nossa mãe celebra a aventura e a exploração. Seus alunos a amam porque ela equilibra sua capacidade de execução e seriedade com abertura e criatividade. Ela leva o ensino de jornalismo a sério, mas não vê problema se os alunos estiverem numa bicicleta ergométrica durante a aula. Enquanto escrevíamos isto, acabamos de ver nossa mãe postar fotos dela fantasiada de cachorro-quente numa loja. Podemos não usar roupas da Forever 21, mas sem dúvida aprendemos a ter uma atitude positiva e a encontrar a felicidade todos os dias graças a ela.

Nós três somos o produto original da filosofia da nossa mãe, mas, depois de nós, vieram muitos milhares de estudantes do seu curso de jornalismo. Em todo o mundo, encontramos pessoas que nos param para dizer: “Sabe, sua mãe mudou a minha vida. Ela acreditou em mim”. Ela não apenas influencia as pessoas enquanto estão na aula dela. Ela as influencia pelo resto da vida.

Como filhas orgulhosas, queremos dizer apenas: obrigada, mãe, por nos criar do jeito Woj!

Introdução

Não existem prêmios Nobel para educação ou para a criação dos filhos, mas deveria haver. São as coisas mais importantes na nossa sociedade. A maneira como criamos e educamos nossos filhos determina não apenas as pessoas que eles vão se tornar, mas também a sociedade que estamos criando.

Todos os pais têm esperanças e sonhos para seus filhos. Querem que eles sejam saudáveis, felizes, bem-sucedidos. Também há medos universais: será que estarão seguros, vão encontrar seu propósito e sua realização, vão encontrar seu caminho em um mundo que parece cada vez mais dinâmico, competitivo e muitas vezes hostil? Lembro de como todas essas preocupações tácitas e em grande parte inconscientes encheram a sala de parto quando peguei minha primeira filha no colo.

Eu estava deitada na cama do hospital segurando Susan junto ao peito. A enfermeira a havia enrolado numa coberta cor-de-rosa e colocado uma touquinha amarela de crochê em sua cabeça. Meu marido, Stan, estava sentado ao meu lado. Nós dois estávamos exaustos e em êxtase e, nesse momento, tudo estava claro: amei minha filha desde o

segundo em que a vi, e senti um desejo primitivo de protegê-la, de lhe dar a melhor vida possível, de fazer todo o necessário para ajudá-la a ter sucesso.

Mas logo começaram a surgir questionamentos e dúvidas. Eu não tinha ideia de como segurar Susan no colo e não sabia trocar fraldas. Fazia só três semanas que havia parado de lecionar, o que não me deu muito tempo para me preparar. E nunca entendi exatamente como deveria me preparar. O obstetra falou para pegar leve nas seis primeiras semanas do pós-parto. Meus amigos e colegas me ofereceram todo tipo de conselhos conflitantes. Falaram que o parto seria longo e doloroso, que amamentar seria difícil e limitante, que mamadeiras e fórmulas seriam melhores. Li alguns livros sobre nutrição para adultos (não havia nenhum título específico para crianças na época) e comprei um berço, algumas roupas e uma banheirinha de plástico. Então, de repente, lá estava Susan no meu colo, com seus olhinhos azuis arregalados e seu cabelo ralo e arrepiado, me olhando como se eu soubesse exatamente o que fazer.

Eu estava prestes a receber alta quando comecei a ficar preocupada de verdade. Isso foi em 1968. Na época, era possível ficar três dias nos hospitais norte-americanos depois que seu filho nascia. Agora, a maioria dos hospitais dá alta depois de apenas dois dias. Não sei como as mães de hoje conseguem.

“Posso ficar mais um dia?”, supliquei à enfermeira, meio envergonhada, meio desesperada. “Não faça ideia de como cuidar da minha filha.”

Na manhã seguinte, a enfermeira me deu um intensivo sobre cuidados com o recém-nascido, incluindo, felizmente, como trocar fraldas. Eram os tempos das fraldas de pano e dos alfinetes. A enfermeira me avisou para verificar

se os alfinetes estavam fechados corretamente, senão esperaríamos a bebê. Sempre que Susan gritava, a primeira coisa que eu fazia era conferir os alfinetes.

Mesmo não sendo comum na época, eu estava decidida a amamentar, então a enfermeira me mostrou como posicionar a cabeça da bebê e usar o antebraço como apoio. A bebê precisava “pegar”, e só então eu teria certeza de que ela estava sugando o leite. Não era tão simples quanto eu esperava e, às vezes, a pobre Susan levava uma esguichada no rosto. O plano era que seguisse um cronograma de quatro em quatro horas e concordei em obedecer da melhor maneira possível.

“Lembre-se de abraçar sua bebê” foi o último conselho que a enfermeira me deu. Depois disso, eu e Stan tivemos de nos virar sozinhos.

Assim como todos os pais, eu enxergava minha filha como uma esperança — esperança de uma vida melhor, de um futuro melhor, de que ela pudesse mudar o mundo para melhor. Todos queremos filhos felizes, independentes e dedicados. Todos queremos criar filhos que levem vidas de sucesso e realização. Foi o que senti no momento em que Susan nasceu, e é o mesmo desejo que une as pessoas de todos os países e de diferentes culturas. Graças à minha carreira longa e um tanto incomum como professora, participo agora de conferências em todo o mundo. Seja encontrando o ministro da Educação da Argentina, pensadores da China, seja pais preocupados da Índia, o que todos querem saber é como ajudar os filhos a levarem uma vida boa — a serem felizes e bem-sucedidos, a usarem seus talentos para tornar o mundo um lugar melhor.

Ninguém parece ter uma resposta definitiva. Os especialistas no assunto se concentram em aspectos importantes do cuidado com os filhos como sono, criação de víncu-