

LBRIS

We know
books

KRISTINA KUZMIČ

Pot să rezolv problema asta

*și alte minciuni pe care mi le-am spus
în timp ce îmi creșteam copilul aflat
în dificultate*

Traducere de
IULIA ANANIA

 UNIVERS

Cuprins

<i>Nota autorului</i>	7
<i>Cuvânt înainte</i>	II
<i>Minciuna nr. 1. Pot să rezolv problema asta</i>	19
<i>Minciuna nr. 2. Dețin controlul.</i>	37
<i>Minciuna nr. 3. Numai eu sunt de vină.</i>	55
<i>Minciuna nr. 4. Progresul e o linie dreaptă</i>	75
<i>Minciuna nr. 5. Părinții buni sunt altruști</i>	93
<i>Minciuna nr. 6. Roata care scârțâie cel mai tare are nevoie de cea mai multă unsoare</i>	109
<i>Minciuna nr. 7. Informația conduce la claritate</i>	125
<i>Minciuna nr. 8. Renunțarea la obiceiurile proaste aduce o ușurare instantanee</i>	145
<i>Minciuna nr. 9. Mama știe cel mai bine</i>	165
<i>Minciuna nr. 10. Nu poți să mănânci un sendviș cu chiftele rece.</i> ..	181
<i>Din partea lui Luka.</i>	196
<i>Mulumiri</i>	206

Minciuna nr. 1

Pot să rezolv problema asta

Privesc direct la chipul fiului meu și cu toate astea nu îl văd. Mă uit lung în ochii lui albaștri, ochii care au fost atât de plini de curiozitate, de râs, de energie și dragoste, și care totuși au ajuns cumva pustii. Îi văd crustele însângerate de pe încheieturile degetelor. A lovit iarăși faianța de la duș, încercând să simtă orice altă durere în afară de cea a depresiei și a anxietății. Mă apropiu încet de el și îi îmbrățișez trupul, acum mai înalt decât al meu, același trup care mi-a fost pus în brațe acum cincisprezece ani, când m-a transformat în mamă pentru prima dată. Îl țin strâns, îi aud respirația, îi simt bătăile inimii, și totuși nu este aici. Îmi vreau copilul înapoi.

Luka, primul meu născut, este cea mai frumoasă surpriză din viața mea. Eram căsătorită cu tatăl lui de un an și jumătate și încă nu plănuiam să avem copii. Cu toate astea, m-am trezit ghemuită într-un dulap, vorbind la telefon cu asistenta care îmi făcuse cu câteva ore înainte un test de sarcină. Mi-a spus că urmează să fiu mamă. Am simțit imediat lacrimile. Și dragostea profundă, profundă pentru acest copil pe care urma să-l întâlnesc.

De la prima lui respirație, Luka a fost ca focul. Luminos și strălucitor, intens și jucăuș, creativ și nostim, sensibil și cald, cu propriile lui păreri, cu curajul de a exprima întotdeauna ce are în interior și cu o încăpățănare care știu că deopotrivă o să-l tragă înapoi și o să-l ajute să meargă înainte. Încă de la început am simțit că acest copil o să mă învețe și o să mă provoace, și am vrut să rămân deschisă la orice posibilitate.

La un moment dat, între vârsta de doisprezece și treisprezece ani, observ că dispoziția și comportamentul lui Luka încep să se schimbe și îl diagnostichez repede cu obișnuita

condiție umană cunoscută drept adolescență. Se pare că sută la sută dintre oamenii adulți au avut la un moment dat această boală. Iar el pare să manifeste toate simptomele: răbdare scăzută cu membrii familiei, schimbări ale dispoziției, izolare în camera lui, trecerea de la caraghios, nostim și vorbăreț la serios, negativ și tăcut, enervare frecventă din cauza unor lucruri simple, cum ar fi faptul că mă aflu în bucătăria mea, că îi fac un compliment, că îi spun bună dimineța; și o iritabilitate generală direcționată către... mine. Către mine ca întreg. Fiecare. Bucățică. Din. Mine. Când vine vorba de răbdare, nu-i punctul meu forte. Dar, din fericire, tatăl vitreg al lui Luka, Philip, se autodepășește în domeniul ăsta, și îi sunt recunoscătoare că mă poate menține echilibrată.

Nimic din toate astea nu mă îngrijorează în mod special. Sunt aproape mândră! Luka excelează în a fi adolescent.

Îmi amintesc cum eram la vârsta lui și știu că nesiguranțele devin mult mai zgomotoase și mai agresive în perioada adolescenței, așa că atunci când Luka împlinește treisprezece ani îl trezesc cu micul dejun la pat și cu o filmare. Este un montaj cu toți oamenii importanți din viața lui, care, unul câte unul, numesc o particularitate pe care o îndrăgesc la Luka. El stă în pat, mâncând clătite umplute cu Nutella, și se uită cum membrii familiei, prietenii, părinții prietenilor și foștii profesori își revarsă dragostea asupra lui și îi amintesc cât este de minunat. Mă gândesc că oricărui om i-ar prinde bine un astfel de film măcar o dată pe an, dar mai ales unui adolescent.

Adolescenții, consider eu, poartă o mască. Nu este o mască pe care o poartă pentru că așa doresc sau pe care o pot îndepărta după bunul plac. Nu este o mască din papier mâché în culori vesele și strălucitoare, ci o mască făcută din

hormoni, sentimente complicate, presiuni sociale, nesiguranțe și stres. Sub această mască se află copilul pe care îl cunosc foarte bine, copilul cu aceleași trăsături și cu aceeași inimă pe care le cunosc după toți anii în care l-am crescut și l-am îndrumat, copilul care, cu fiecare nou an al vieții sale, îmi arată din ce în ce mai mult cine este cu adevărat.

În cele din urmă, după câțiva ani de adolescență potențial turbulenți, masca va fi dată jos. Iar atunci o să sărbătoresc. Covor roșu, diademă și toate trofee din lume, pentru că am reușit să trec de acea etapă extra, *extra*-specială. Până atunci, tot ce trebuie să fac este:

1. De dragul sănătății mele mintale, să-mi amintesc de cel puțin șazeci și patru de ori pe zi că faza asta o să treacă.
2. De dragul sănătății mintale a lui Luka, să nu-l grăbesc să iasă din această fază.
3. De dragul sănătății mintale a tuturor, să pun nevoile copilului meu înainte de așteptările nerealiste, ale mele și ale tuturor.

Simplu! (N-a spus niciun părinte, niciodată.)

Chiar am crezut c-o să am succes cu creșterea adolescenților. Vreme de câțiva ani, imediat după colegiu și înainte să am copii, am lucrat la un liceu ca asistent de regie de teatru și ocazional am fost suplinitor la diverse ore. Aveam douăzeci și un pic de ani și, grație vârstei apropiate de cea a elevilor și personalității mele jucăușe, aceștia s-au simțit în largul lor să se deschidă către mine și să-mi împărtășească dificultățile lor. Am avut atâtea conversații profunde cu acești copii! Am stat alături de o fată care mi-a spus că este posibil să fie

însărcinată, că e confuză și terifiată și că nu știe cum să spună altcuiva în afară de mine. Am avut lungi conversații cu diverși elevi care mi-au povestit cum sunt supuși bullyingului, sunt constrânși să ia parte la activități nedorite, se luptă cu tulburări de alimentație sau trăiesc în case complet haotice în care părinții se poartă ca și cum s-ar urî unul pe celălalt. Am văzut stresul, frica și presiunea pe care acești elevi le simțeau în fiecare zi. Am fost martora unor schimbări majore de dispoziție. Am descoperit cât de mult își doreau doar să fie văzuți, auziți, prețuiți.

Am o profundă compasiune pentru copiii de vârsta aceea, deoarece am avut o perioadă dificilă ca adolescentă. În timpul războiului din Croația, familia mea s-a mutat de acolo în Statele Unite, când eu aveam paisprezece ani. Dincolo de toate nesiguranțele și stresul tipice pentru adolescență, mă ajustam și la o cultură complet diferită și la un standard complet diferit pentru ce e cool și ce nu. Încercam să îmi comunic gândurile și sentimentele într-o limbă străină, când nu știam nici măcar cum să mi le comunic limpede în limba maternă, într-un jurnal privat. Mă luptam să-mi fac prieteni care să aibă răbdare cu mine în perioada de adaptare și, peste toate astea și restul, mă simțeam vinovată că trebuie să părăsesc Croația sfâșiată de război în timp ce prietenii mei erau captivi acolo. Totul părea complicat, dificil și prea mult, mă simțeam neînțeleasă, pierdută, insuficientă.

În timpul acelor ani m-am simțit anxioasă sau deprimată de mai multe ori decât le-am permis celor din jur să vadă, dar nici măcar nu știam să spun pe nume lucrurilor cu care mă confruntam atunci. În anii '90 nu știam pe nimeni care să discute deschis despre depresie, anxietate sau orice fel de

luptă pentru sănătatea mintală. Nici măcar nu-mi amintesc ca aceste vorbe să fi fost spuse cu glas tare. Dacă se aducea vorba vreodată despre sănătatea mintală era întotdeauna în contextul *oamenii ăia nebuni care trebuie închiși într-un spital de psihiatrie*.

Eram toți considerați doar adolescenți duși cu pluta, cu sentimente anormale pe care în cele din urmă, cu vârsta, le vom lăsa în urmă. Nu știu dacă vreun doctor m-ar fi diagnosticat cu depresie și anxietate sau dacă ceea ce simțeam era mult diferit față de ce simțea orice adolescent obișnuit din anii '90, dar mă întreb cât de diferită ar fi fost tinerețea mea de adult dacă aș fi făcut terapie. Cum ar fi fost ca, la acel moment, să am pe cineva care să mă ajute să procesez și să organizez vraștea din capul meu și să-mi valideze toate emoțiile bizare ca fiind normale? Întotdeauna am considerat că lumea ar fi un loc mai bun dacă fiecărui om i-ar fi atribuit din naștere câte un terapeut. Intri în lume și, înainte să ți se taie cordonul ombilical sau să ți se pună în jurul încheieturii mici și grăsuțe brățara de identificare din spital, ți se dă o carte de vizită:

— Asta-i numărul de telefon al terapeutului tău. Folosește-l la nevoie. Cu alte cuvinte, des.

Așa că, intrând în perioada maternității, m-am simțit ca și cum propriile mele experiențe și empatia mea pentru adolescenți în general o să constituie un avantaj în jocul parentingului. Am crezut cu adevărat că o să fiu la un nivel mediu, dar cel mai probabil peste mediu (poate chiar premiantă) în a ști exact cum să-mi tratez și să-mi susțin copiii odată ce vor ajunge la vârsta aceea intensă.

Dar este o mare diferență între a lucra cu adolescenții și a-ți crește propriul adolescent.

De unde știe o mamă, mai ales la primul ei copil, că acesta are parte de hormonii „normali“ pentru adolescență sau este vorba de ceva mai grav? Ar fi minunat dacă copiii și oamenii în general ar fi echipați cu abilitatea de a-și evalua și exprima limpede toate sentimentele, gândurile, dificultățile și nevoile, ba chiar și mai bine ar fi dacă noi, cei care-i iubim, am putea să înțelegem imediat și să știm instantaneu cum să rezolvăm totul. Dar aceasta este o fantezie care nu a existat și nu va exista niciodată în realitate.

Iată cum a arătat, pentru mine, creșterea lui Luka la această vârstă: Noi îi acordăm privilegiu. El ne înșală încrederea. Așa că îi reducem din privilegiu, ceea ce îl face să se simtă captiv. În timp, reintroducem o parte din acele privilegii, explicându-i că poate avea și mai multă libertate dacă ne arată că putem avea încredere în el. Este de acord, dar apoi, foarte repede, ne înșală din nou încrederea. Și ciclul continuă. Deosebit de nostim, pentru toată lumea.

Și îmi văd în continuare de parenting, gândindu-mă că puștiul meu este pur și simplu mai adolescent decât majoritatea adolescenților.

Pe măsură ce ciclul în care suntem captivi devine din ce în ce mai intens și ne epuizează, încep să am senzația că și negarea, și frica sunt în campanie ca să îmi obțină votul. Sunt candidați opuși, cu puncte de vedere foarte diferite referitoare la ce este mai bine pentru toate părțile implicate, și fiecare încearcă să mă convingă să-i țin partea.

Principalul mesaj din campania Negării: Nu-i chiar atât de grav. Majoritatea adolescenților se poartă așa și în cele din urmă, odată cu înaintarea în vârstă, depășesc momentul.

Sloganul Negării: Nu te panica. O să treacă și asta.

Mesajul campaniei Fricii: **ĂSTA-I CEL MAI RĂU LUCRU CARE S-AR FI PUTUT ÎNTÂMPLA DIN TOT UNIVERSUL!**

Sloganul Fricii: **PANICHEAZĂ-TE, PANICHEAZĂ-TE, PANICHEAZĂ-TE!**

Iar eu sunt votantul nehotărât care crede că ambii candidați par nițel instabili. Descopăr că în clipa asta sunt de acord cu Negarea, pentru ca în următoarea clipă să am senzația acută că Frica va conduce la un progres substanțial.

Luka nu-și mai face temele și începe să ia note proaste la materii la care excela în urmă cu doar un semestru.

Negarea: Școala e grea la vârsta asta. Are nevoie doar de un meditator care să-l ajute din când în când.

Frica: **ALERTĂ! ALERTĂ! ALERTĂ! PUȘTIUL PICĂ! FII MAI STRICTĂ, ALTFEL ÎNTR-O ZI O SĂ AJUNGĂ PE STRADĂ!**

Luka își cumpără o țigară electronică de la un puști de la școală.

Negarea: E doar nicotină. Adolescenții și fumatul? Nu-i chiar o noutate. Pur și simplu, vă încearcă limitele, experimentează cu ceva interzis, imită ce fac alți puști de vârsta lui.

Frica: **CINE-I ĂSTA? NU-I COPILUL PE CARE L-AI CRES-CUT! I-AI VORBIT DE MIC DESPRE ȚIGĂRILE ELECTRONICE. TREBUIE SĂ TE PANICHEZI! ȘI APOI SĂ TE MAI PANICHEZI NIȚEL. ȘI APOI SĂ GARNISEȘTI TOTUL CU UN MOȚ ZDRAVĂN DE PANICĂ PROASPĂTĂ.**

Luka începe să iasă cu genul de oameni pe care înainte nu-i respecta și devine foarte concentrat pe a-și găsi locul printre ei.

Negarea: Normal.

Frica: **O SĂ AJUNGĂ ÎN ÎNCHISOARE!**

Începe să mintă în fiecare zi.