

# Libris .RO

Respect pentru oameni și cărți

**De aceeași autoare:**

*Tați puternici, fiice puternice – 10 secrete pe care orice tată*

*ar trebui să le știe*

*10 sfaturi pentru o mamă fericită*

Dr. Meg MEEKER

*Dedic această carte  
celor șase femei puternice și iubite din viața mea:  
Pam, Grammie, Mary, Charlotte, Laura și Ainsley Grace*

## Mame puternice, fii puternici

10 secrete  
pe care orice mamă ar trebui să le știe

Traducere:

Cecilia-Mădălina Țuța

Ana Maria Gheorghiu

Bianca-Lidia Zbarcea

Maria-Cristina Ghiță



NICULESCU

# Libris .RO

Respect pentru oameni și cărți

Dezvoltat de

© 2014 by Libris .RO

This material published by arrangement with the publisher, as a part of the  
a division of Penguin Random House LLC.  
This original work, *Dear Mr. Tomkins*, by Mary Chabotis, Laura & Ainsley Grace  
by Mary Chabotis.

ISBN 978-9975-0-0000-0

Adresa: Libris .RO  
Strada: ...  
E-mail: ...  
Website: ...

Copyright © 2014

Copyright © 2014

Copyright © 2014

Libris .RO

ISBN 978-9975-0-0000-0

This material published by arrangement with the publisher, as a part of the  
a division of Penguin Random House LLC.  
This original work, *Dear Mr. Tomkins*, by Mary Chabotis, Laura & Ainsley Grace  
by Mary Chabotis.

Copyright © 2014

## Cuprins

<i>Introducere</i> .....	9
CAPITOLUL 1	
<i>Ești prima lui dragoste (dar nu-i spune lui niciodată)</i> .....	19
CAPITOLUL 2	
<i>Învață-l vocabularul emoțiilor</i> .....	47
CAPITOLUL 3	
<i>E înarmat! (Și ținta ești tu)</i> .....	94
CAPITOLUL 4	
<i>Reprezinți căminul lui</i> .....	127
CAPITOLUL 5	
<i>Dacă Dumnezeu s-ar da cu ruj, ar folosi culoarea ta</i> .....	170
CAPITOLUL 6	
<i>Dă-i un topor</i> .....	198
CAPITOLUL 7	
<i>Reprezinți veriga dintre fiul tău și tatăl lui</i> .....	234
CAPITOLUL 8	
<i>Gândul la sex și ce spune mama mea</i> .....	272

## CAPITOLUL 9

Înțelepciune și responsabilitate (*Două mari calități  
pe care le învață de la tine*) ..... 313

## CAPITOLUL 10

Oferă-i libertate (*pentru a se întoarce la tine*)..... 346

Mulțumiri ..... 383

Note ..... 385

Bibliografie..... 389

## Introducere

---

Janie trecea, în societate, drept mama perfectă. Considerându-mă una imperfectă, îi invidiam atitudinea calmă, personalitatea puternică și devotamentul față de cei doi copii ai ei. Era genul de mamă care făcea prăjitură cu dovleac și ciocolată băieților ei, iar acestora le plăcea, pentru că ea îi învățase să mănânce sănătos. În fiecare zi, le pregătea pachete cu gustări organice pentru prânz. Lucra part-time la o librărie, dar ajungea acasă în fiecare după-amiază, înainte să se termine școala, astfel încât să fie acolo atunci când băieții – Jason, în vârstă de 13 ani, și Drew, în vârstă de 11 ani – ajungeau acasă. Lucra ca voluntară la școala unde învățau băieții ei, ca supraveghetoare și președinte de clasă, ba chiar făcea conserve din legumele proprii. Pe scurt, era genul de mamă detestată de toate celelalte mame.

Nu voi uita niciodată expresia chinuită de pe fața lui Janie din dimineața aceea de ianuarie 2005. A venit singură la biroul meu ca să-mi vorbească despre fiul ei Jason, fără să-i pese de zăpada abundentă, care îi puneă întotdeauna în dificultate pe șoferii din nordul localității Michigan. Era disperată.

Când am deschis ușa cabinetului de consultații, m-a șocat fața ei palidă. Arăta epuizată. Dar nu genul de epuizare provocată de lipsa somnului, ci o oboseală care se instalase de luni bune. În mod evident, se întâmplase ceva rău acasă.

„Ce-i cu tine?” am întrebat imediat.

„E vorba de Jason”, a spus spășită. „A luat-o razna. Jim nu-l mai poate controla, eu nici atât. Nu mai știu ce să fac.”

La vremea aceea, băiatul avea 13 ani. Îl știam pe Jason de când avea 2 ani și fusese întotdeauna greu de stăpânit – energic, curios și imprevizibil. Janie și Jim îl adoptaseră printr-un proces de adopție deschisă de la tânăra lui mamă biologică și îl îngrijiseră cu devotație în primele 3 luni de viață. Încă de mic copil, Jason a făcut parte din categoria puștilor greu de ținut în frâu. Era drăgălaș, lipicios și afectuos, în același timp și ușor imprevizibil, predispus la izbucniri temperamentale. La vârsta de 8 ani, un psihiatru și un specialist în educație i-au pus diagnosticul ADHD și eu am acceptat, cu oarecare reticență, să-i administrez tratamentul medicamentos, anume o doză mică de stimulant. Nu eram prea convinsă că ADHD reprezenta cauza problemelor sale comportamentale, dar m-am gândit că, dacă încercăm un medicament cu rol stimulator, nu i-ar face rău. A luat medicația și părea că îi face bine, cel puțin timp de câțiva ani.

„Pur și simplu nu-i înțeleg comportamentul”, mi-a spus Janie. „Acum glumește cu noi la cină, și peste un minut începe să țipe! Se ridică de la masă și începe să urle fără motiv la mine sau la tatăl lui. Am încercat să-l liniștesc, l-am pedepsit, dar nimic nu pare să meargă. Acum două nopți, s-a furișat afară din casă în mijlocul nopții și a fost prins de poliție bând bere cu niște băieți în parcare de la Walmart.”

Janie a început să plângă. Fiul ei – lumina ochilor ei și a tatălui lui – se transformase brusc într-un „copil-problemă”, ca acei adolescenți teribiliști și răzvrătiți de pe panourile publicitare de pe autostradă care fac reclamă centrelor de tratament pentru dezintoxicare. Problema era că Jason nu arăta ca acești copii. Era tuns îngrijit, mereu îmbrăcat frumos, fără tatuaje sau piercing-uri, și se adresa politicos prietenilor părinților. Era un jucător excepțional de hochei. Mergea la biserică în mod regulat, a participat chiar și la unele grupuri de tineret, iar odată a mers într-o excursie organizată de o biserică din oraș pentru a ajuta familiile din New Orleans năpăstuite de uraganul Katrina.

Părinții îl iubeau, petreceau mult timp cu el și era clar că erau atenți la toate nevoile lui.

„Unde am greșit?” se văita Janie. „Spune-mi și o să repar. Te rog, spune-mi. Trebuie să știu, pentru că nu mai pot continua așa. Cum este posibil ca acest băiețel, căruia i-am dăruit atâta suflet timp de 13 ani, să-și urască dintr-odată și atât de mult tatăl și pe mine? Am încercat, dar nu se mai poate face nimic. Și ce este groaznic este faptul că mă sperie. Atunci când tatăl lui nu este în preajmă și își pierde cumpătul, devine violent. Odată m-a izbit de peretele bucătăriei! Cred că a fost un accident, dar cine știe; tot ce știu e că m-am speriat. E de două ori cât mine.”

Am stat împreună minute bune și mă întrebam pentru cine sau pentru ce anume se plângea mai tare Janie: Jason, ea însăși, sau pentru că și-a pierdut băiatul frumos de 13 ani, modelul de fiu pe care l-a visat mereu, dar, din păcate, visul nu s-a adevărat.

În acea zi, am încercat să o ajut să analizăm complexitatea încălțită a emoțiilor lui Jason și ale ei astfel încât, chiar dacă nu le înțelegem încă în totalitate, măcar să putem face un plan. Avea nevoie de un plan pentru a putea merge mai departe. Trebuia să găsească o fărâmă de speranță pentru a învinge această tortură, care o făcea să simtă că întreaga ei viață se năruia. Și eu cred că am ajutat-o pe Janie să sperie. Până la urmă, ajutorul dat ei a fost cea mai bună metodă de a-mi ajuta pacientul, adică pe Jason.

---

Janie v-ar spune că acea zi de ianuarie a reprezentat o răscruce în viața ei. A fost ziua în care a realizat că Jason nu este ceea ce vrea ea să fie. Dar și mai important este că nici ea nu e mama ideală la care visează. A fost ziua în care ea a început să-și acorde mai multă libertate. A fost ziua în care Janie și-a dat seama că nu se confruntă cu o singură problemă – respectiv motivul, încă neștiut, pentru care băiatul ei își pierde controlul – dar și cu faptul, la fel de important, că are ea însăși propriile probleme de rezolvat, demonii ascunși în

ea, care au măcinat-o timp de 13 ani, aceia care au apărut încă de la absolvirea colegiului. Dar cu ce să înceapă? Cu durerea lui, sau cu durerea ei? Noua ei libertate o însuflețea, dar o și copleșea în același timp. I-am sugerat că, dacă vrea să-și înțeleagă fiul, ar trebui să înceapă să se înțeleagă pe ea însăși. Și, după cum arătau lucrurile, avea un bagaj emoțional enorm, pe care l-a transferat asupra rolului de mamă.

La puțin timp după acea vizită, a început ședințele de psihoterapie la un specialist, care a descoperit, încet-încet, ura ascunsă pe care Janie o avea față de bărbați, ură care o măcina de ani buni. La începutul adolescenței, ea fusese agresată de un vecin și nu a spus nimă-nui, nici părinților, nici soțului, nici măcar celei mai bune prietene. L-a urât pe acel bărbat pentru ceea ce a făcut și, din nenumărate alte motive, s-a învinovățit pe sine. Când Jason a ajuns la pubertate, ceva a declanșat acea furie înăbușită în ea, determinând-o să-și verse în mod subconștient durerea asupra lui. Privind în urmă, a realizat că propriul comportament s-a schimbat. Devenise sarcastică și umilitoare și, în sinea ei, era dezgustată de propriul copil. Era conștientă de acest sentiment de dezgust, dar era atât de îngrozită de el încât a continuat să-l dea deoparte sau să-l ignore, însă fără niciun rezultat.

Jason nu era imun la războiul secret al mamei lui cu ea însăși. Cu toate că nu îi cunoștea cauza, înțelegea destul pentru a presupune că avea legătură cu el. Percepea sentimentul transmis de mamă drept ură împotriva lui. Uneori, el simțea că acesteia îi era rușine cu el. Ca reacție la aceste sentimente, se răzbuna pe cale verbală, hotărât să-i demonstreze mamei că nu avea nevoie de ea și că ar putea să-i facă viața la fel de nefericită, pe cât era ea de hotărâtă să i-o facă lui. Până când Janie nu a căutat niște răspunsuri, s-a tot învățit în acest cerc vicios și s-a trezit îngrozită de propriul fiu.

Atât Jason, cât și Janie au primit ajutorul de care ambii aveau nevoie pentru a-și reface echilibrul sufletec și a aduce tihna în relația lor. Doar atunci când amândoi au învățat cum să-și gestioneze sentimentele și comportamentele și cum anume acestea două sunt intercorelate, au putut începe să se schimbe. Dar procesul a durat mult timp. Janie,

în mod special, era hotărâtă să-și reinvie relația cu Jason, pentru că dragostea și adorația ei pentru el rămăseseră la fel de intense.

A învățat să interacționeze cu el în mod diferit. Și-a schimbat modul de a vorbi, tonul vocii, și-a controlat chiar și gesturile. Și, continuând să pună în practică aceste schimbări, sentimentele față de fiul ei au început să evolueze. Și-a eliberat copilul de ura pe care o resimțea față de vecinul ei și astfel a dispărut blocajul care îi afecta relația cu Jason. Atât mama, cât și fiul au simțit din nou căldură și apropiere. Și Jason a început să se înțeleagă mai bine cu frățiorul lui mai mic.

Acum, Jason este pe cale să termine ultimul an la un colegiu foarte bun. Este un student model și nu se mai ia la hartă cu mama și tata. La puțin timp după prima vizită a lui Janie, când am analizat pentru întâia oară problemele lui Jason, părinții l-au înscris la o școală de corecție. A stat acolo 18 luni și a învățat să trăiască într-un mediu exigent, cu un program foarte strict. Jason și părinții lui au petrecut sute de ore la psihologul școlii și Jason a învățat să se înțeleagă pe sine, să-și cunoască emoțiile și puterea acestora; dar, cel mai important, a învățat cum să-și asume responsabilitatea pentru emoțiile și comportamentul lui. La rândul ei, Janie a învățat să înțeleagă cum și-a proiectat propria ură suprimată asupra copilului ei. Mai mult decât atât, a învățat cum să-și țină ura latentă față de agresorul ei din trecut departe de relația cu Jason.

---

Janie și Jason sunt un caz fericit. Oare câte alte perechi de mame-fii încărcate de presiuni și tensiuni nespuse există și nu au parte de ajutor? Acest lucru m-a determinat să scriu această carte, pe care o dedic tuturor mamelor de băieți care își iubesc copiii, dar nu știu cum să fie mame bune pentru fiii lor. O dedic, de asemenea, și fiilor care se confruntă cu presiuni exagerate pentru a fi întruchiparea celor mai mari speranțe ale mamei, a ceva ce nu pot nici anticipa, nici înțelege, și se

trezesc că îndură un vârtej de tensiuni interioare care pot duce la o explozie.

Perechea mamă-fiu este în primul rând complicată prin simpla opoziție de sex. Nici mama, nici fiul nu înțeleg în întregime cum este să fii în locul celeilalte jumătăți a ecuației. Băieții se confruntă cu anumite provocări pentru că, în calitate de masculi, ei se simt răspunzători în multe feluri pentru bunăstarea mamelor lor, ceea ce poate duce la tensiune și furie în cadrul relației. De cealaltă parte, mamele tind să aibă pretenții prea mari, în subconștient, de la fiii lor, cerându-le acestora un anumit tip de sprijin pe care ele l-ar căuta în mod obișnuit la o persoană adultă. Și realitatea este că băieții, pe motiv că sunt masculi, trebuie să facă față în cultura noastră unor încercări care îi pot ușor copleși, în timp ce mamele, la rândul lor, se confruntă cu stres și așteptări prea mari de la ele însele, așteptări care pot deveni la fel de copleșitoare. Puneți ambele părți la un loc și se poate declanșa dezastrul.

Dar avem și vești bune. Dezastrul nu este o consecință prestabilită. Da, este adevărat că băieții tineri din ziua de azi experimentează ceea ce specialiștii ca mine ar numi „criza băieților”. În calitate de psiholog și autor, Dr. James Dobson scrie în cartea *Bringing up Boys*: „Băieții, spre deosebire de fete, sunt de șase ori mai predispuși să aibă dificultăți de învățare, de trei ori să consume droguri și de patru ori mai predispuși să fie diagnosticați cu probleme emoționale. Ei prezintă un risc mai mare pentru schizofrenie, autism, dependență sexuală, alcoolism, să facă pipi în pat și pentru toate formele de comportament antisocial și criminal. Băieții sunt de douăsprezece ori mai predispuși să omoare pe cineva, iar procentul deceselor în accidente de mașină este cu 50% mai mare la băieți. 77% dintre cazurile de delincvență judecate la tribunal implică bărbați.”<sup>1</sup>

Analizând cartea *The Wonder of Boys*, scrisă de Dr. Michael Gurian, Dobson descrie necazurile cu care mulți băieți se confruntă în perioada școlii. El afirmă că băieții primesc note mai mici decât fetele, începând de la ciclul primar până la liceu. Ne spune că băieții din

clasa a opta rămân repetenți cu 50% mai frecvent decât fetele și că două treimi dintre elevii din clasele speciale de liceu sunt băieți. La final, Dobson arată că băieții sunt de zece ori mai predispuși decât fetele să sufere de „hiperactivitate” și că tot ei reprezintă 71% din totalul suspendărilor de la școală.<sup>2</sup>

Mai sunt și alte cifre îngrijorătoare de menționat și care fac referire la criza actuală cu care se confruntă băieții din America, dar aici problema este că mijloacele de rezolvare a acestei crize îi revin mamei. Noi suntem acelea care pot să ajute la îmbunătățirea acestor cifre pentru fiii noștri. Și eu sunt de părere că noi, mamele, nu trebuie doar să ne bucurăm că ne creștem băieții, ci să-i și ajutăm să răzbată, în ciuda presiunilor pe care aceștia le înfruntă. Îi putem învăța să treacă peste probleme și să înflorească. Știu acest lucru pentru că, în cei 25 de ani de practică pediatrică, am văzut de multe ori mame extraordinare, care își cresc fiii în situații dificile. Am văzut mame singure luptându-se aprig cu fiii lor, care au devenit mai apropiate de aceștia ca niciodată. Am urmărit mame căsătorite, cu un cămin familial stabil, luptându-se cu fiii lor care deveniseră dependenți de droguri sau alcool și pe care i-au convins să opteze pentru o viață matură, sănătoasă. Cu ajutor și încurajare, mamele și fiii pot găsi o metodă de supraviețuire și izbândă.

---

Dacă analizăm dinamica acestei relații minunate, vom vedea că mamele dețin propriul set de presiuni, separate de acelea pe care fiii lor le experimentează. Este esențial ca noi să înțelegem ambele seturi: presiunile specifice băieților și presiunile specifice mamelor. Uneori, acestea se intersectează, alteori, nu. Voi explora în detaliu aceste seturi. Mai întâi, mă voi adresa problemelor cu care se confruntă mamele, pentru că cercetările arată că cea mai sigură metodă de a ajuta un băiat este să ajuti persoana cu cea mai mare influență asupra lui. În cazul a milioane de băieți, această persoană este mama.