

**ADELE FABER
ELAINE MAZLISH**

**cum să-i asculti
pe adolescenți
și cum să te
faci ascultat**

Ediția a III-a, revizuită

Traducere din engleză de
ANTOANETA OLTEANU

Cuprins

<i>Am dori să mulțumim</i>	7
<i>De ce am scris această carte</i>	9
<i>Nota autorilor</i>	15
Capitolul 1 Cum să facem față sentimentelor	16
Capitolul 2 Vrem „să ne asigurăm“	50
Capitolul 3 A pedepsi sau a nu pedepsi	83
Capitolul 4 Să rezolvăm problema împreună	109
Capitolul 5 Întâlnirea cu adolescentii	134
Capitolul 6 Despre sentimente, prieteni și familie ..	144
Capitolul 7 Părinți și adolescenți, împreună	157
Capitolul 8 Sexul și drogurile	183
<i>Data viitoare când ne vom revedea</i>	210
<i>Pentru a afla mai multe</i>	212
<i>Indice</i>	213

CAPITOLUL 1

Cum să facem față sentimentelor

Nu știam la ce să mă aştept.

În timp ce alergam prin parcarea din fața școlii, îmi țineam cu greu umbrela din cauza vântului și mă întrebam dacă altcineva și-ar fi părăsit căminul călduț într-o noapte aşa de rece și de urâtă pentru a veni la un atelier despre adolescenți.

Şefa departamentului de consiliere m-a întâmpinat și m-a condus într-o clasă unde mă aşteptau 20 de părinți, vorbind animat.

M-am prezentat, i-am felicitat pentru curajul de a înfrunta această vreme urâtă și le-am dat ecusoane pe care fiecare să-și treacă numele. Cât timp scriau și discutau unii cu alții, am avut ocazia să studiez grupul. Erau persoane foarte diferite, un număr aproape egal de bărbați și de femei, cu origini etnice diferite, unii veniți în cuplu, alții singuri, unii în costume, alții în blugi.

Când mi s-a părut că toți erau gata, i-am rugat să se prezinte și să ne povestească despre copiii lor.

Au făcut-o fără nicio ezitare. Unul după altul, părinții își descriau copiii, ale căror vârste erau cuprinse între 12 și

16 ani. Aproape toți subliniau dificultatea de a se înțelege cu adolescenții din lumea de astăzi. Dar mi se părea totuși că sunt oameni care se controlează, care nu se deschid, având grija să nu dezvăluie prea mult și prea curând într-o sală plină de străini.

— Înainte de a merge mai departe, am spus, vreau să vă garantez că tot ce vom discuta aici va fi confidențial. Tot ce va fi spus între acești patru pereti va rămâne aici. Nu este treaba nimăului al cui copil fumează, bea, chiulește sau face sex mult mai devreme decât am fi dorit noi. Suntem toți de acord cu acest lucru?

Oamenii au dat din cap în semn de aprobare.

— Suntem cu toții parteneri într-o întreprindere extraordinară, am continuat. Sarcina mea este să vă prezint metode de comunicare pentru a vă ajuta să aveți relații satisfăcătoare cu adolescenții. Sarcina voastră va fi să testați aceste metode, să le punetă în practică acasă la voi și să ne spuneți tuturor care este rezultatul. Ce a fost sau ce nu a fost de folos? Ce a mers sau ce nu a mers? Unindu-ne forțele, vom găsi cele mai eficiente căi de a ne ajuta copiii să depășească această perioadă dificilă de tranziție de la copilarie la maturitate.

Am făcut aici o pauză pentru a urmări reacția grupului.

— De ce trebuie să fie o „perioadă dificilă de tranziție“? a protestat un părinte. Nu-mi amintesc să fi avut o perioadă așa de dificilă pe când eram eu adolescent. Și nu-mi amintesc să le fi dat atâta bătaie de cap părinților mei.

— Asta pentru că poate tu ai fost un copil cuminte, a spus soția lui, mânăindu-l și bătându-l ușor pe mâna.

Respect pentru oameni și cărți

— Da, poate că era mai ușor să fii „cuminte“ când eram noi adolescenți, a comentat alt bărbat. Azi se întâmplă chestii de care nici nu putea fi vorba înainte.

— Să presupunem că ne întoarcem toți „înainte“, am zis eu. Cred că sunt lucruri pe care le putem învăța din adolescența noastră și care ne-ar putea ajuta să ne facem o idee despre lucrurile cu care se confruntă azi copiii noștri. Haideți să începem prin a ne aminti ce era cel mai frumos atunci pentru noi.

Michael, bărbatul care fusese „un copil cuminte“, a început să vorbească primul:

— Cele mai frumoase lucruri pentru mine au fost sportul și prietenii.

Alt cineva a spus:

— Pentru mine a fost libertatea de a pleca și de a veni când doream. Mergeam singur cu metroul. Plecam în oraș. Luam autobuzul și mă duceam la plajă. Ce mai, distracție!

Au intrat și alții în discuție:

— Să mi se permită să port tocuri înalte și să mă machiez, și faptul că asta producea o puternică impresie asupra băieților. Eu și prietenele mele aveam o pasiune pentru același băiat și tot timpul ne întrebam: „Crezi că mă place pe mine sau pe tine?“

— Pe atunci viața era mai usoară. În weekenduri puteam să dorm până la prânz. Nu aveam nicio grija legată de serviciu, de plata chiriei, de întreținerea familiei. Si niciun fel de grija pentru ziua de mâine. Știam că mă puteam baza mereu pe părinții mei.

— Pentru mine a fost o perioadă în care puteam vedea cine sunt și experimenta diferite identități, puteam visa la viitor. Eram liber să mă ipostaziez, dar, de asemenea, aveam securitatea dată de familia mea.

Respect pentru oameni și cărți

O femeie a dat din cap:

— Pentru mine, a spus ea trist, cea mai frumoasă parte a adolescenței a fost când am ieșit din ea.

M-am uitat la numele de pe ecuson.

— Karen, am spus, se pare că adolescența nu a fost cea mai frumoasă perioadă din viața ta.

— De fapt, a replicat ea, a fost o mare ușurare să scap de ea.

— Să scapi de ce? a întrebat cineva.

Karen a dat din umeri înainte de a răspunde:

— Să scap de grija de a fi acceptată... și de a mă strădui prea mult... și de a zâmbi prea mult pentru ca oamenii să mă placă... și de a nu mă adapta niciodată... de a mă simți mereu ca o străină.

Și alții au început să adauge repede pe această temă, inclusiv unii care numai cu câteva minute înainte vorbeau atât de frumos despre anii lor de adolescență:

— Pot să confirm și eu. Îmi amintesc că mă simțeam îngrozitor și tare nesigur. M-am îngrășat foarte mult și uram felul în care arătam.

— Știu că am vorbit mai înainte de pasiunea pe care le-o provocam băieților, dar adevărul este că era mai mult un fel de obsesie – să-i placi, să te despartă de ei, să-ți pierzi prietenii din cauza lor. Mă gândeam numai la băieți și asta se reflecta în notele mele. Era cât pe ce să rămân repetentă.

— Problema mea din acele zile era presiunea la care eram supus de niște tipi, ca să fac lucruri care erau periculoase sau rele. Am făcut o mulțime de prostii.

— Îmi aduc mereu aminte că eram confuz. Cine sunt? Ce îmi place? Ce nu îmi place? Sunt autentic sau sunt o copie? Pot să fiu eu însuși și să fiu totuși acceptat de ceilalți?

Respect pentru oameni și cărți

Îmi plăcea acest grup. I-am apreciat onestitatea.

— Spuneți-mi, i-am întrebat, în timpul acestor ani nebuni, v-a fost de folos ceva ce au spus sau au făcut părinții voștri?

Oamenii își răscoleau amintirile.

— Părinții nu au strigat niciodată la mine în fața prietenilor mei. Dacă făceam ceva rău, cum ar fi să vin Tânziu acasă, iar prietenii mei erau de față, părinții așteptau până când aceștia plecau și abia atunci mă muștruluaiau.

— Tata avea obiceiul să-mi spună: „Jim, trebuie să te luptă pentru convingerile tale... Dacă ai dubii, consultă-ți conștiința... Să nu te temi să greșești, pentru că altfel nu vei avea niciodată dreptate.“ Ziceam tot timpul: „Iar începe“, dar uneori chiar mi-au prins bine vorbele lui.

— Mama mă obliga mereu să mă perfecționez. „Poți mai mult... Mai verifică... Mai fă o dată.“ Nu mă lăsa în pace în nicio privință. Tata, pe de altă parte, credea că sunt perfect. Așa că știam la cine să mă duc în diferite situații. Am avut parte de o combinație bună.

— Părinții mei insistau să învăț tot felul de lucruri – cum să-mi țin socoteala economiilor, cum să schimb un cauciuc. M-au obligat chiar să citesc zilnic cinci pagini în spaniolă. Uram atunci acest lucru, dar până la urmă am obținut o slujbă bună tocmai pentru că știam spaniola.

— Ștui că nu ar trebui să spun asta, pentru că probabil aici sunt multe mame care lucrează, la fel ca mine, dar chiar îmi făcea placere să știu că mama era acasă când veneam de la școală. Dacă mi se întâmpla ceva supărător în ziua aceea, puteam să-i povestesc totul.

— Deci, am spus, mulți dintre voi ați avut experiența unor părinți înțelegători în perioada adolescenței.

— Ei, asta e numai o față a lucrurilor, a spus Jim. Pe lângă vorbele bune ale tatălui meu erau destul de multe lucruri care mă afectau negativ. Nimic din ceea ce făceam nu era suficient de bun pentru el. Și avea grija să mi-o spună.

Cuvintele lui Jim au deschis zăgazurile. A țășnit un torrent de amintiri neplăcute:

— Mama m-a sprijinit foarte puțin. Aveam o grămadă de probleme și aveam mare nevoie de îndrumare, dar tot ce primeam de la ea erau aceleași povești vechi: „Când eram de vîrstă ta...“ După o vreme am învățat să țin totul în mine.

— Părinții mei obișnuaiau să-mi inducă acest complex de vinovăție: „Ești singurul nostru băiat... Așteptăm mai mult de la tine... Nu dai tot ce poți.“

— Nevoile părinților mei erau mult mai importante decât ale mele. Făceau ca problemele lor să fie problemele mele. Eram șase copii și eu eram cea mai mare, și trebuia să gătesc, să fac curat și să am grija de frații și surorile mele. Nu mai aveam timp să fiu adolescentă.

— La mine a fost invers. Am fost așa de cocoloșit și de protejat, încât nu eram capabil să iau niciun fel de decizie fără aprobarea părinților. A trebuit să fac terapie ani de zile pentru a începe să am puțină încredere în mine.

— Părinții mei erau din altă țară, cu o cultură total diferită. La noi acasă totul era strict interzis. Nu puteam cumăra ce voi am, nu puteam merge unde voi am, nu puteam purta ce voi am. Chiar când eram major, la liceu, trebuia să cer permisiunea pentru orice.

O femeie pe nume Laura a vorbit ultima.

— Mama era la extrema cealaltă. Era mult prea îngăduitoare. Nu impunea niciun fel de regulă. Veneam și plecam când voi am. Puteam să stau afară până la ora

Respect pentru oameni și cărți

2:00–3:00 dimineața și nimănuia nu-i păsa. N-am avut niciun fel de interdicție, n-a intervenit în niciun fel. Chiar mă lăsa să mă droghez în casă. Când aveam 16 ani, luam cocaine și consumam alcool. Cel mai îngrozitor a fost când a început să-mi fie rău. Încă mai simt furie față de mama pentru că nu m-a ajutat deloc să mă structurez. Mi-a distrus mulți ani din viață.

Grupul tăcea. Oamenii simțeau impactul vorbelor pe care le auziseră. În sfârșit, Jim a comentat:

- Poate că părinții au intenții bune, dar ei chiar pot distruge un copil.
- Dar am supraviețuit toți, a protestat Michael. Am crescut, ne-am căsătorit, am pus bazele familiei noastre. Într-un fel sau în altul, am reușit să devenim niște adulți funcționali.
- Poate că aşa e, a spus Joan, femeia care făcuse terapie, dar ne-a luat mult timp și multă energie ca să uităm ce a fost rău în trecut.
- Și totuși rămân lucruri pe care nu le poți uita niciodată, a adăugat Laura. De aceea mă aflu aici. Fata mea începe să se poarte într-un fel care mă îngrijorează și nu vreau să repet ce a făcut mama cu mine.

Comentariul Laurei a readus grupul în prezent. Încet, oamenii au început să dea glas neliniștilor curente legate de copiii lor:

- Ce mă preocupă este noua atitudine a fiului meu. Nu vrea să trăiască după regulile nimănuia. Este un rebel. Așa eram și eu la 15 ani. Dar am ascuns acest lucru. El dă totul pe față. Continuă să forțeze nota.
- Fata mea are numai 12 ani și, în sinea ei, își dorește foarte mult să fie acceptată, mai ales de către băieți. Mi-e

Respect pentru oameni și cărți

teamă că va ajunge într-o situație compromițătoare, numai pentru a fi mai populară.

— Pe mine mă îngrijorează activitatea școlară a fiului meu. Nu se mai concentrează deloc. Nu știu dacă este prea pasionat de sport sau pur și simplu este leneș.

— Singurul lucru de care pare preocupat fiul meu sunt noii lui prieteni și dorința de a fi *cool*. Nu-mi place să-l văd în compania lor. Cred că au o influență proastă asupra lui.

— Fata mea par că are dublă personalitate. În societate este o prințesă – dulce, plăcută, politicoasă. Dar acasă – nici vorbă de aşa ceva. Dacă îi spun că nu poate face ceva sau nu poate avea ceva, devine foarte obraznică.

— Parcă e fata mea. Numai că devine obraznică tocmai cu noua ei mamă vitregă. Este o situație foarte tensionată, mai ales când suntem toți acasă, în weekend.

— Sunt îngrijorat de toți adolescentii. Copiii de astăzi habar nu au ce fumează sau beau. Am auzit atâtea povești despre petreceri la care băieții strecoară droguri în băutura fetelor.

Atmosfera era încărcată de anxietatea colectivă a grupului.

Karen a râs nervos:

— Ei bine, acum că știm care sunt problemele, avem nevoie repede de niște răspunsuri!

— Nu există răspunsuri rapide, am spus. Nu și când e vorba de adolescenți. Nu puteți să-i feriți de toate pericolile din lumea de astăzi sau să-i cruțați de agitația emoțională a anilor de adolescentă, sau să-i scăpați de cultura pop care îi bombardează cu mesaje nesănătoase. Dar dacă puteți să le creați un anumit tip de climat în familie în care să-și poată exprima liber sentimentele, există marea sansă ca ei să fie mai dispuși să vă împărtășească sentimentele.