

Psiholog, umorist, personalitate de radio și televiziune și orator cunoscut și apreciat pe plan internațional, dr. KEVIN LEMAN a amuzat un public variat, din toată lumea, cu personalitatea spirituală și psihologia lui de raționalist.

Dr. Leman a studiat la North Park University. A obținut diploma de licență în psihologie de la University of Arizona, unde mai târziu și-a susținut masteratul și doctoratul. În 1993 a primit Distinguished Alumnus Award din partea North Park University. În 2003, a primit din partea University of Arizona cel mai important premiu pe care o universitate îl poate decerna unui fost absolvent: Alumni Achievement Award.

Este membru al American Psychological Association, American Federation of Television and Radio Artists și North American Society of Adlerian Psychology.

Dr. Leman a apărut pe lista autorilor de bestseller a prestigioasei publicații *The New York Times* și a semnat peste 40 de cărți despre căsnicie și probleme familiale, care includ: *Have a New Kid by Friday*, *The Birth Order Book*, *Have a New Husband by Friday*, *Making Children Mind without Losing Yours*, *Sex Begins in the Kitchen* și *Sheet Music*. A participat la numeroase emisiuni de radio și televiziune, printre care: Good Morning America, Fox & Friends, The View, The Morning Show, Today, Oprah, The Early Show, Janet Parshall's America, LIVE with Regis and Kelly, American Morning, Life Today (cu James Robison) și Focus on the Family.

Dr. KEVIN LEMAN

CUM SĂ-ȚI SCHIMBI ADOLESCENTUL PÂNĂ VINERI

DE LA OBRAZNIC ȘI CAPRICIOS,

LA RESPECTUOS ȘI RESPONSABIL ÎN 5 ZILE

Ediția a II-a

Traducere din limba engleză de

ALINA PANAITOV

CUPRINS

Recunoști persoana?	9
Mulțumiri	11
Introducere. Credeți-mă pe cuvânt! Vor deveni din ce în ce mai ciudați	13
LUNI	
Era un copil normal. Ce s-a întâmplat?	21
MARTI	
Cum să vorbești cu generația „nu-mi pasă“	58
MIERCURI	
Sentimentul de apartenență contează mai mult decât crezi	80
JOI	
Pedepsit sau disciplinat?	100
VINERI	
Bani, bani, bani. Obținerea dividendelor	123

INTREBĂRI PENTRU DR. LEMAN

Abecedarul strategiilor care într-adevăr funcționează

Sss! E un secret 156

CUPRINS

Epilog 381

Numărătoarea inversă până la a-ți schimba
adolescentul până vineri 389

LUND

Era un copil normal. Ce s-a întâmplat?

Extraterestrul acesta nu s-a materializat peste noapte. Iată cum să te adaptezi la noua voastră viață împreună.

ATI REMARCAT ACELE TRICOURI pe care le poartă femeile atunci când sunt însărcinate, pe care scrie: „Bebeluș în lucru“? Întotdeauna mă fac să zâmbesc fiindcă au perfectă dreptate. La urma urmei, acel copil chiar este „în lucru“ și crește, cu toate că n-ai apucat să-i vezi încă mutrița de îngeraș. Apoi, acel bebeluș vine pe lume iar tu petreci primii zece ani din viața lui, interacționând cu el, învățându-l, iubindu-l și educându-l.

Mai târziu, între 11 și 19 ani, te vei confrunta cu ceea ce eu numesc *anii schimbărilor hormonale* și vei fi năucit de transformarea copilului tău în adolescent.

Ce i s-a întâmplat copilului tău dulce, de a devenit făptura extraterestră cu care ai acum de-a face în fiecare zi? Fiul al cărui limbaj reprezintă, mai degrabă, o serie de mormăituri? Fiica ingenuă al cărei ten era înainte atât de perfect, încât ar fi putut să apară în reclame la produse cosmetice — Pentru că meritați! — dar care astăzi s-ar potrivi mai bine pentru Pizza Hut? Un fiu care nu mai vrea să fie pupat sau îmbrățișat de fată cu amicii lui și care vrea ca atunci când ieșiti împreună

pe stradă să mergi cu cățiva metri mai în spate? O fiică de la care primești un telefon de la secția de poliție și îndată a fost arestată pentru că a furat din magazin? Un fiu care te trimite la naiba atunci când îi spui că nu poate lua mașina? O fiică specialistă la scrierile rapide de mesaje, trântitul ușii și certurile cu sora ei? Un fiu care nu mai vrea să te ajute deloc la curățenie și care, atunci când îi amintești, îți răspunde obraznic — sau, mai rău, te ignoră? O fiică prietenoasă înainte, dar care acum pare tristă, plânge mult și vrea să stea singură? Un fiu care a luat deja o amendă pentru că a condus sub influența alcoolului, când nici nu știai că obișnuiește să bea? O fiică pe care o găsești dormind până la trei după-amiază în fiecare sămbătă și care apoi vrea să iasă seara cu prietenii?

E foarte simplu să reacționezi la întâmplare. Nu trebuie decât să deschizi gura.

lucru care-ți trece prin cap, fără să te gândești. Lucruri precum:

- „N-o să mai conduci *niciodată!*“ Dar chiar crezi că te vei putea ține de cuvânt? Ce-o să faci data viitoare când o să ai o problemă și vei avea nevoie ca fiul tău să-și ia fratele mai mic de la antrenamentul de fotbal?
- „Vorbește cu mine!“ Cu replica asta nu vei reuși decât să obții mușteria încăpățanată a fiicei sau fiului tău.
- „Tinere, să nu-mi mai vorbești vreodată în felul *ăsta!* Ești pedepsit până la sfârșitul vieții!“ Dar chiar ești dispus că pui în aplicare ceea ce spui? Pedeapsă pe viață? Ce-o să faci când va avea 40 de ani și încă o să se învârtă prin casă râgând și lăsând resturi de pizza lângă canapea?
- „Era și cazul să te dai jos din pat. Să nu-ți închipui că mai ieși cu prietenii diseară. Ai o listă cât casa de lucruri de făcut mai întâi.“ Dar cine crezi că va trebui să suporte toată îmbufnarea, trântitul ușilor și privirile ucigașe pentru tot

restul după-amiezii și al serii? Tu. Deci chiar crezi că ai câștigat?

- „Bine, ai câteva coșuri pe față. Ce mare lucru? și eu am avut și n-am murit.“ Gândește-te puțin la momentul în care părinții tăi îi au spus același lucru. Primul lucru care îi-a venit în minte a fost: *Ce sfat util! Abia aştept să-l pun în aplicare!* Sau te-ai gândit, mai degrabă: *Uau, ei chiar nu înțeleg despre ce-i vorba, nu-i aşa? Parcă vin de pe altă planetă!*

Nu mai e ca pe vremea bunicii tale

Copiii de astăzi se dezvoltă mai repede ca oricând. Lumea lor nu seamănă deloc cu cea în care ai crescut tu, și cu atât mai puțin cu cea a bunicii tale. Adolescentul tău trebuie să facă față unor lucruri precum: tăiatul, drogurile, depresia, sinuciderea, amenințările teroriste, viitorul economic nesigur și anorexia, pe lângă toate celelalte probleme cu care adolescenții se luptă generație după generație: presiunile din partea amicilor și colegilor, schimbările hormonale, temele care se adună, stresul, pregătirea pentru o profesie pe care o vor urma toată viața, grijile legate de admiterea la facultate sau începerea serviciului militar etc. Rata în creștere a decesurilor în rândul tinerilor cu vîrste cuprinse între 11 și 19 ani — prin sinucidere, conducere sub influența alcoolului și supradoze de droguri — este grăitoare pentru faptul că tinerii aflați în perioada schimbărilor hormonale sunt, pur și simplu, copleșiți și nu știu unde să caute ajutor.

Iată o idee înfricoșătoare: o fată de 17 ani poate să facă tot ce vrea. Legea îi dă dreptul să conducă¹. Astă înseamnă că fiica ta poate ajunge în multe locuri în care n-ai vrea să ajungă. Își

¹ În SUA permisul de conducere se poate obține începând cu vîrsta de 14 ani, cel Tânăr 16 ani, în funcție de legile fiecărui stat. (n. trad.)

poate petrece timpul cu tineri pe care nu-i cunoști. Poate să consume alcool? Desigur. Nu are nevoie decât de o carte de identitate falsă, care să ateste faptul că are peste 21 de ani, și pe acesta îl poate obține cu ușurință online.¹ Se poate droga? Evident. Întrebarea mea este însă următoarea: dacă un adolescent poate să facă toate aceste lucruri, de ce sunt totuși atât de mulți copiii care *nu* le fac? Cum se face că atât de mulți adolescenți aleg să *nu* bea, să *nu* se drogheze, să *nu* se culce cu oricine și să *nu* stea afară mai târziu decât li s-a dat voie?

Această carte vrea să vă ofere răspunsul la exact aceste întrebări. Vezi tu, atitudinile nu se formează peste noapte; se construiesc, în timp.

De ce fel de lucrări ai nevoie?

Dacă ai deschis această carte, înseamnă că ești conștient că trebuie să iei anumite măsuri în acești ani ai schimbărilor hormonale. Sigur că ți-ai dori să vezi niște schimbări prin casă însă, mai întâi, trebuie să stabilești ce tip de muncă ar fi necesară.

Când un constructor îți face o estimare a cheltuielilor pentru o lucrare pe care o va face la tine în casă, mai întâi va trebui să știe despre ce tip de muncă e vorba. Vrei să reconstruiești din temelii clădirea? Vrei doar să facă niște mici modificări? Vrei să redecorezi o cameră? Vrei să repari o fisură în fundație? Vrei să zugrăvești un perete sau să schimbi gresia din baie?

Să zicem că vrei să transformi vechiul dormitor amenajat la subsol, într-o sală de jocuri. Constructorul vine, începe să-ți facă o estimare pentru ceea ce tu consideri a fi o treabă ușoară

¹ Vârstă legală după care un Tânăr poate consuma alcool în SUA este de 21 de ani. (n. trad.)

și apoi observă o fisură în peretele fundației. Dintr-odată, treaba ușoară pare a fi mult mai complicată decât ți-ai fi închipuit vreodată. De ce? Fiindcă fundația — temelia casei tale — prezintă probleme. Și, înainte să te apuci de orice altceva, trebuie să le rezolvi.

Unii dintre voi citiți această carte fiindcă știți că fundația este distrusă. Adolescentul vostru fie este pe cale să aibă probleme serioase, fie le are deja. Alții simțiți doar nevoia să rearanjezi una sau două camere sau să dărâmați niște pereți. Iar alții au nevoie doar de câteva retușuri — un strat de vopsea pentru a reîmprospăta aspectul.

Ce ai vrea să realizezi în următoarele 5 zile? O reconstrucție totală, o înlocuire parțială sau doar o zugrăveală? Dacă adolescentul tău nu are nicio reținere în a te jigni și, în plus, folosește cuvinte obscene când ți se adresează, cred că e cazul să-ți pui problema unei reconstrucții totale, fiindcă atitudinea sa vorbește de la sine. Dacă adolescentul tău a devenit leneș și nu mai vrea să ajute prin casă, sau se face că uită, poate că ar fi suficientă o înlocuire parțială. Sau poate că fiica ta tocmai a ajuns la vârsta adolescenței, a devenit obraznică și atotștiutoare, și ție nu-ți place acest lucru. În această etapă, probabil

Semne că aveți un adolescent în casă

- Programul de înregistrare a emisiunilor TV este plin de reality show-uri.
- Bonul pentru cumpărăturile a crescut cu 30% luna asta.
- Este abia 14:30 într-o sămbătă și deja ai auzit expresia „Nu-mi pasă!“ de 59 de ori.
- Vocabularul s-a redus la prescurtări precum LOL, OMG, BFF, IDK și ROFL¹.
- Gusturile se schimbă la fel de rapid ca șosetele.
- Cuvântul gen este folosit ca prepoziție, conjuncție, substantiv, verb, adverb și adjactiv.

¹ „Laughing Out Loud“, „Oh My God“, „Best Friends Forever“, „I Don't Know“ și „Rolling On the Floor Laughing“. (n. trad.)

Respect pentru oameni și cărti

o simplă zugrăveală e suficientă — și dacă o faci cum trebuie, va rezista ani buni.

Pentru a putea să-ți schimbi adolescentul până vineri trebuie să știi, mai întâi, cu ce ai vrea să începi. Apoi, trebuie să-ți fie

clar ce vrei să obții. După cum spune liderul recunoscut la nivel internațional Stephen Covey: „Trebuie să începi având finalul în minte.”¹ Cum ai vrea să se comporte adolescentul tău peste

5 zile? Îți dorești un fiu cu un caracter sănătos, dar care nu este un adevărat personaj? Ai vrea ca fiica ta să fie ascultătoare și respectuoasă? Ai vrea ca fiul tău să-și aleagă prietenii cu mai multă atenție? Vrei să-l faci să renunțe la droguri? Vrei să o convingi să-și facă temele — la timp?

Dacă știi ce vrei să realizezi, ai mai multe șanse să obții acel lucru. Totodată, dacă te-ai hotărât că e cazul să aplici doar un strat de vopsea, e posibil să formezi un adolescent nou până miercuri, dacă nu te abați de la principiile cărții. Pe de altă parte, dacă vrei să faci o reconstrucție completă, clar va dura până vineri — și poate puțin mai mult, mai ales dacă adolescentul tău are obiceiul să se taie cu lama, este anorexic sau bulimic, face parte dintr-o sectă, bea sau se droghează și are nevoie de ajutor specializat.

Unii dintre voi vor trebui să facă și o dezinsecție. Uneori, casa este năpădită de micile creaturi numite insecte. Nu e cazul să îți faci reproșuri că ești un prost gospodar în cazul în care ele există. Insectele pot să intre în casa oricui și, de fapt,

¹ Stephen R. Covey, „Business Mission Statements”, The Community, accesat pe 11 aprilie 2011, <https://www.stephencovey.com/mission-statements.php>. (n. a.)

asta și fac adesea. Dar, cu cât reușești să scapi mai repede de ele, cu atât mai mulțumit vei fi.

Am apărut în 13 reclame pentru o firmă locală de dezinsecție

din Tucson numită 5 Star Termite & Pest Control. Când sunt difuzate aceste reclame, am observat că lumea râde în hohote.

Reclama sună în următorul fel:

„Sunt dr. Kevin Leman și am

o soție, cinci copii și gândaci.

Tocmai ieri am intrat în garaj și

am văzut unul cu burta-n sus,

exact așa cum îmi și doresc să-i văd. și chiar înainte să dea

colțul, s-a uitat la mine și-a spus:

«Mi-a venit de hac tipul de la 5 Stars!»“

,Trebuie să începi având
în minte finalul.“

Cum ai vrea să se
comporte adolescentul tău
peste 5 zile?

Adevărul însă este că, pentru cei al căror cămin a fost invadat de insecte nedorite (acei prieteni cu care copilul tău își petrece timpul și care știi că îl influențează negativ), nu este deloc de râs. Ca părinte, trebuie să rezolvi situația cât se poate de repede. Asta nu înseamnă că pe parcurs nu vor apărea și alte probleme, însă elementele nedorite trebuie să dispară. și asta imediat. Uneori asta poate însemna să-ți duci și să-ți aduci fiul sau fiica de la școală, să participe la anumite evenimente școlare pentru a culege informații, să refuzi să-l lași să iasă cu acel grup de prieteni, să ascunzi cheile mașinii undeva unde să nu le găsească sau chiar să-ți transferi copilul la o altă școală. Într-adevăr, toate aceste lucruri sunt dificile din punct de vedere emoțional și consumă timp, însă alternativa este încăpătătoare. Miza este mult prea mare ca să nu iezi măsuri pe loc.

Așadar, de ce tip de ajutor ai avea nevoie? De puțină consiliere pentru zugrăveală, de un constructor care să reamenajeze

Respect pentru oameni și cărti

o cameră, de o întreagă echipă nouă de construcții? De un telefon al celor de la 5 Star Termite & Pest Control sau un Raid?

PENTRU MINE A FUNCȚIONAT

Anne a fost întotdeauna genul de copil care se lăsa influențat de ceilalți, iar asta i-a creat mari probleme. Când avea 13 ani, începuse să iasă cu un grup de fete mai mari care fumau iarbă. Aceste fete obișnuiau să vină la noi acasă, cât se poate de drogat, stăteau ore întregi și lăsau o dezordine incredibilă în urma lor. Nu știam ce să fac, fiindcă nu puteam să-i interzic să consume (în adolescentă) și eu am fumat iarbă și m-am gândit că n-am niciun drept să-i spun „nu“), dar nici nu voi am să ajungă să-și revină din euforie în altă parte decât acasă. Apoi v-am auzit sfaturile la un post local de radio și m-am hotărât să le pun în aplicare.

A doua zi, când Anne a venit acasă cu aceste prietene, eram pregătită. Îl rugasem pe vecinul nostru Kenny — care este un tip solid și poate părea destul de înfricoșător dacă nu-l cunoști — să mă ajute, având în vedere că sunt o mamă singură. Imediat după ce Anne a intrat pe ușa bucătăriei, Kenny a blocat intrarea astfel încât celelalte fete să nu poată intra, apoi a închis ușa și a rămas acolo. Anne s-a infuriat și a început să țipe.

I-am spus foarte calmă că prietenele ei nu mai sunt binevenite la noi în casă. Apoi i-am întors spatele și m-am dus în altă cameră. A venit după mine, țipând și protestând, dar m-am dus în dormitor și am închis ușa. O auzeam cum încerca să-l înduplece pe Kenny să le lase pe fete să intre, însă el îmi promisese că nu va ceda.

A doua zi, după școală, Anne a venit acasă singură și foarte tâfnoasă. 4 ore mai târziu, a început să țipe: „Mi-ai distrus viața! Acum nu mai vorbește nimenei cu mine.“

Nu i-am răspuns, însă m-am bucurat în sinea mea. Reușisem să scap de insectele dăunătoare din casă.

O lună mai târziu, Anne a venit acasă singură, s-a dus direct în camera ei și a stat închisă acolo vreo două ore. Îl ajunseseră la urechi niște vești grave.

Una dintre fetele din vechiul ei anturaj, tocmai își luase permisul de începător și le plimba pe celelalte trei fete cu mașina. Fiind amețită de la iarbă, s-a izbit cu viteză maximă de un separator din beton. Toate cele patru fete erau internețe în spital cu răni multiple; una dintre ele rămăsese paralizată.

N-a fost nevoie să-i zic nimic. Doar am ținut-o în brațe în timp ce plângea.

Săptămâna trecută fiica mea a împlinit 15 ani. N-a mai fumat iarbă din ziua în care a aflat că prietenele ei mai mari au avut accidentul. Ieri, când a adus vorba despre ceea ce se întâmplat, am putut să-i spun, în sfârșit, câteva dintre lucrurile îngrozitoare care mi se întâmplaseră mie când fumasem iarbă,

în adolescență. „N-aș vrea să treci și tu prin ce am trecut eu“, i-am spus.

Atunci, fiica mea a făcut un gest la care nu mă așteptam. M-a îmbrățișat. Vă mulțumesc, dr. Leman, fiindcă m-ati încurajat să nu mă dau bătută. N-a fost deloc ușor, însă rezultatele au fost incredibile!

ANGELA, New Jersey

Structura dezvoltării

Felul în care reacționează un adolescent este strâns legat de gradul de respect: de respectul pe care îl poartă și de respectul cu care îl tratezi. Respectul ia naștere încă din primii ani petrecuți împreună și se dezvoltă odată cu relația voastră.

Războiul voințelor — sau ceea ce eu numesc *structura dezvoltării* — începe de obicei pe la vârsta de un an și jumătate, când copilul își dă seama că are o voință proprie și că și-o poate exercita. Ce se va întâmpla în continuare, începând cu acel moment, depinde în totalitate de tine ca părinte, fiindcă atitudinea și comportamentul copilului tău s-au format la tine în casă.

Este extrem de important ca încă de la această vîrstă să înveți să-ți alegi cu atenție războaiele și, pe măsură ce ești pus în fața unor situații noi, să încerci să acționezi, nu să reacționezi.

Atitudinea și comportamentul copilului tău s-au format la tine în casă.

Când reacționezi, deja ai pierdut controlul asupra situației și ajungi să fii tărât prin toate suișurile și coborâșurile emotionale pe care le trăiește copilul tău. Dacă, în schimb, acționezi, îți poți permite să stai relaxat, să spui ce

ai de spus o singură dată și să-ți păstrezi poziția, și să gestionezi calm situația, lăsând lucrurile să evolueze de la sine.

Așadar, când copilul tău de 2 ani a început să-și impună voința, cum ai reacționat?

- Ai spus: „Vai, Johnny, n-ar trebui să vorbești în felul acesta. Nu e frumos. O să-ți mai dau o sansă să-mi arăti că știi să te porți frumos.“
- Ai spus: „Tinere, tocmai ce te-ai ales cu o pedeapsă. Vei sta la colț tot restul dimineții.“
- Te-ai întors cu spatele, te-ai dus în altă cameră și l-ai ignorat. Mai târziu, când a vrut să se joace cu jucăria lui preferată, ai spus: „Nu, astăzi nu ai voie să te joci cu jucăria asta. Lui mami nu-i place cum i-ai vorbit.“ Și ai rămas neîndupăcată indiferent că te-a implorat cu ochii lui albaștri.

Care dintre scenele de mai sus se derula cel mai des la tine acasă? Copilul tău nu s-a transformat peste noapte în acest adolescent extraterestru. Ghici cine l-a ajutat? Felul în care te-ai comportat ca părinte și felul în care îl-ai administrat căminul și-a pus puternic amprenta asupra felului în care se comportă astăzi Tânărul de lângă tine.

Să luăm cazul lui Shannon, o fetiță de 3 ani, primul copil al familiei. Într-o zi, a început să facă nazuri la masa de prânz. Se încăpățâna și era obraznică aşa că mama ei i-a dat o „pauză“. A luat cu mult calm scăunelul special în care se afla Shannon și l-a scos din bucătărie, pe hol, unde cea mică nu putea să o vadă. Copilei, căreia nu-i plăcea să fie despărțită de mama sa, cele cinci minute ce au urmat i-au părut o eternitate. Când, în sfârșit, mama a apărut, Shannon a zis repede: „Am terminat, mamă! Am terminat!“

Chiar și astăzi, când a împlinit deja 12 ani, Shannon își amintește gestul mamei ei și râde. „Cred că m-am gândit: «Lucrurile

„n-au mers tocmai bine.” Eram un copil isteș și de atunci n-am mai încercat. A fost prima și ultima oară când mama mi-a dat «o pauză». Am înțeles că vorbește serios și că n-are de gând să dea înapoi.“ Astăzi, Shannon și mama ei au o relație foarte apropiată, bazată pe respect, și deja au reușit să treacă împreună prin doi dintre primii și cei mai dificili ani ai schimbărilor hormonale.

La antipodul exemplului lui Shannon este cazul lui Jarrod. La doar 15 ani, își tratează mama ca și cum ar fi sclava familiei. „Unde-mi sunt pantalonii pe care îi iau la sport?” strigă cu un minut înainte de a ieși pe ușă spre școală, iar mama lui fugă să-i caute. Și când credeți că a început acest comportament? Când Jarrod avea 3 ani. Încercând să-i facă pe plac, mama i-a permis să fie oricât de obraznic și i-a oferit de fiecare dată ceea ce-și dorea.

Aceste două exemple ilustrează clar ceea ce eu numesc „comportament intențional”.

Câți dintre voi au folosit astăzi cuvântul *intențional*? Dacă aş număra mâinile ridicate sus, probabil n-ăs vedea niciuna.

Câți dintre voi l-ați folosit săptămâna acesta? Parcă văd o mână.

Dar luna aceasta? Alte câteva.

Și anul acesta? Și mai multe mâini.

Intențional nu este unul dintre acele cuvinte care-ți ajung de la urechi dar, ca părinte, este important să înțelegi ce este *comportamentul intențional*. Comportamentul intențional vine în ajutorul persoanei care-l adoptă; satisfacă o nevoie. Cu toții adoptăm acest tip de comportament.

Care este comportamentul intențional al unui copil care face o criză de isterie într-un magazin de jucării? Foarte probabil, mama sau tata au refuzat să-i îndeplinească dorințele și cererile copilului de 3 ani. Iar felul lui de-a zice: „Vei face exact ceea ce-ți spun” este să facă o criză de isterie suficient de mare încât să fie auzită și de cumpărătorii aflați la șase culoare distanță, care să se și uite curioși la ce se întâmplă.

Comportamentul intențional vine în ajutorul persoanei care-l adoptă; satisfacă o nevoie.

Așadar, ce face părintele pentru a scurta momentul de stânjeneală provocat de comportamentul copilului? „Bine, bine, o să-ți cumpăr jucăria de data asta. Dar să știi că este ultima oară când îți mai cumpăr vreo jucărie.”

Fetița tocmai a fost recompensată pentru felul în care s-a comportat. A obținut ce și-a propus. Nici nu-i de mirare că se aşază cu un râșnici imens la rând la casă, ținând strâns jucăria în brațe. Copilului tocmai i s-a întipărit în minte ideea: *Hei, treaba asta funcționează. Mă întreb ce altceva aş putea obține aplicând această metodă.*

Ce credeți, deci, că va face data viitoare? Mica ei criză a ajutat-o să-și îndeplinească obiectivul. Acum știe că dacă se bosumflă, plângă, tipă sau chiar dacă uneori se rezumă la o tacere mormântală (o formă de control pasiv), va obține ceea ce-și dorește.

Fiecare persoană ajunge să-și dezvolte un „laitmotiv existențial” — o mantră sau un mod de a vedea lucrurile, care transmite felul în care va reacționa la ceea ce i se întâmplă. De fapt, dacă ajungi să cunoști bine laitmotivul existențial al cuiva, poți anticipa, destul de exact, felul în care se va comporta persoana respectivă în anumite circumstanțe.