



NEW YORK TIMES BESTSELLER

ADELE FABER ELAINE MAZLISH

cum să-i asculți
pe adolescenți

și cum să te
faci ascultat





CUPRINS

Am dori să mulțumim	7
De ce am scris această carte	9
Nota autorilor	15
1. A face față sentimentelor	17
2. Vrem „să ne asigurăm“	50
3. A pedepsi sau a nu pedepsi	83
4. Să rezolvăm problema împreună	108
5. Întâlnirea cu adolescenții	131
6. Despre sentimente, prieteni și familie	140
7. Părinți și adolescenți, împreună	153
8. Sexul și drogurile	179
Data viitoare când ne vom revedea	207
Pentru a afla mai multe	209
Indice	211

1

A FACE FAȚĂ SENTIMENTELOR

Nu știam la ce să mă aștept.

În timp ce alergam prin parcare 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 așa de rece și de urâtă pentru a veni la un atelier despre adolescenți.

Șefa departamentului de consiliere m-a întâmpinat și m-a condus într-o clasă unde mă așteptau douăzeci 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 le completeze. 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, unele cupluri, 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 a căror vârstă era cuprinsă între 12 și 16 ani. Aproape toți subliniau dificultatea de a se înțelege cu adolescenții în lumea de astăzi. Dar mi se părea totuși că sunt oameni care se controlează, care nu se deschid, având grijă să nu dezvăluie prea mult, 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 pereți va rămâne aici. Nu este treaba nimănui 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 mult mai satisfăcătoare între părinți și copii. Sarcina voastră va fi să testați aceste metode, să le puneți 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-i ajuta pe copiii noștri să depășească această perioadă de tranziție dificilă de la copilărie la maturitate.

Am făcut aici o pauză pentru a urmări reacția grupului.

— De ce trebuie să fie o „tranziție dificilă”? 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, mângâindu-l și bătându-l ușor pe mână.

— Da, poate că a fost 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. Haideti 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.

Altcineva 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-i place de mine sau de tine?”

— Pe atunci viața era mai ușoară. În weekenduri puteam să dorm până la prânz. Nu aveam nicio grijă legată de serviciu, de plata chiriei, de întreținerea familiei. Și niciun fel de grijă 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.

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 spus 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 acceptat... 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 un străin.

Și alții au început să brodeze 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 așa de îngrozitor și de nesigur. M-am îngurășat foarte tare 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 plăci, să te despartii 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 însumi și să fiu totuși acceptat de ceilalți?

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 mei nu au strigat niciodată la mine în fața prietenilor mei. Dacă făceam ceva rău, cum ar fi să vin târziu acasă, iar prietenii mei erau de față, părinții aș-

teptau până când aceștia plecau. Abia atunci mă muștruluiuiau.

— Tata avea obiceiul să-mi spună: „Jim, trebuie să te lupți pentru convingerile tale... Dacă ai dubii, consultă-ți conștiința... Să nu te temi mereu că greșești, pentru că altfel nu vei avea niciodată dreptate.” Ziceam mereu: „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 țin socoteala economiilor mele, 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.

— Știu că nu ar trebui să spun asta, pentru că probabil aici sunt multe mame care lucrează, ca și mine, dar chiar îmi făcea plăcere 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 grijă să-mi spună asta.

Cuvintele lui Jim au deschis zăgazurile. A fâșnit un torent de amintiri neplăcute: