

kevin leman

transforme seu adolescente até sexta



conquiste
o respeito,
a confiança e
o coração de
seu filho em
cinco dias



Ele costumava ser normal. O que aconteceu?

Essa criatura alienígena não se transformou da noite para o dia. Como fazer os ajustes necessários para a nova vida de vocês.

Você já viu algumas camisetas que as mulheres usam quando estão grávidas? Aquelas que dizem: “Bebê em construção”? Elas sempre me fazem rir, porque vão direto ao assunto. Afinal, o bebê está sendo formado e vai crescendo, mesmo que você ainda não seja capaz de ver seu rostinho de anjo. Aí o bebê vem ao mundo, e você passa os primeiros dez anos interagindo com ele, ensinando, amando e disciplinando sua criança.

Em seguida, vem o que eu chamo de *anos do grupo hormonal* — idades de 11 a 19 — e você é pego de surpresa pela metamorfose da criança em adolescente.

O que aconteceu com seu doce filhinho para ele se transformar na criatura alienígena com a qual você agora convive diariamente? O filho cuja capacidade linguística definhou até se resumir a um grunhido ocasional? A filha ingênua, cuja aparência era tão perfeita que poderia ter sido modelo de comercial de hidratante — “Sinta na pele esta emoção!” — mas cuja cútis agora se adequaria melhor a um comercial da Pizza Hut? Um filho que não quer mais que você o abraçe e beije na frente dos colegas e quer que você ande um quarteirão atrás dele? Uma filha que telefona da delegacia por que foi presa após furtar uma loja? Um filho que lhe manda ver se ele está na esquina quando você o proíbe de usar o carro? Uma filha que é profissional em digitar mensagens de texto, bater portas e brigar com a irmã? Um filho que se recusa a ajudar em casa e responde mal quando você o lembra disso — ou, pior, ignora você? Uma filha que costumava

ser extrovertida, mas que agora parece triste, chora muito e quer ficar sozinha? Um filho que toma multa por dirigir embriagado e você nem sabia que ele bebia? Uma filha que dorme até as três da tarde todo sábado e depois quer sair com as amigas à noite?

Reagir é fácil. Basta abrir a boca e soltar qualquer coisa antes de pensar. Frases como:

- “Você *nunca mais* vai dirigir de novo. Nunca!” Você é capaz de cumprir essa promessa? E da próxima vez que você estiver preso em um compromisso e precisar que seu filho pegue o irmão caçula na aula de futebol?

- “Fale comigo!” Essa exigência apenas garante que a boca do adolescente vai continuar fechada.

- “Rapazinho, nunca mais fale comigo dessa maneira! Você nunca mais sai de casa!” Mas você realmente está pronto para levar essa afirmação a ferro e fogo, pela vida toda? E quando ele tiver 40 anos e ainda estiver em casa, arrotando e deixando bordas de *pizza* no sofá?

- “Já está na hora de ir para a cama. Sem chance de você sair com seus amigos. Você tem uma montanha de tarefas para fazer em casa primeiro.” Mas depois quem vai ter de lidar com o comportamento irritado, as portas batendo e o olhar de ai-que-ódio pelo resto da tarde e noite?

Reagir é fácil.

Basta abrir a boca.

Você. Então, quem ganha, afinal?

- “Pelo jeito você está com algumas espinhas. Isso não é nada. Eu também tive, e sobrevivi.”

Relembre por um momento, pai, o dia em que seus pais lhe disseram a mesma coisa. O primeiro pensamento que veio a sua cabeça foi: “Bem, isso com certeza é útil. Mal posso esperar para seguir esse conselho”? Ou foi mais do tipo: “Uau, eles realmente não entendem nada, né? Vivemos em planetas completamente diferentes!”?

NÃO ESTAMOS NO MUNDO DA VOVÓ

As crianças de hoje estão crescendo mais rápido do que nunca. O mundo delas não é o mundo em que você cresceu, e certamente não é o mundo de sua avó. Seu adolescente está enfrentando questões como cortes e mutilações, drogas, depressão, suicídio, anorexia, ameaças terroristas e um futuro econômico incerto, além de tudo que os adolescentes tradicionalmente já enfrentam há gerações: pressão dos colegas, mudanças hormonais, cada vez mais tarefas escolares, estresses da vida, preparação para o trabalho, preocupação com o ingresso na faculdade ou no serviço militar etc. As taxas crescentes de morte de jovens entre 11 e 19 anos, motivadas por suicídio, embriaguez ao volante e *overdose* de drogas,

são um sério lembrete de que boa parte dos integrantes do grupo hormonal de hoje simplesmente está sobrecarregada e não sabe para onde ir.

Eis aqui um pensamento assustador: nos Estados Unidos, uma garota de 17 anos pode fazer o que quiser. Ela pode dirigir um carro legalmente, o que significa ter acesso a muitos lugares aos quais você não quer que ela vá. Ela pode andar com rapazes que você não conhece. Pode beber? Claro. Tudo que precisa é de uma identidade falsa dizendo que tem mais de 21 anos, e é fácil conseguir isso pela internet. Pode usar drogas? Obviamente. Mas minha pergunta é: se os adolescentes *podem* fazer todas essas coisas, então por que muitos *não* fazem? Por que tantos adolescentes escolhem *não* beber, *não* usar drogas, *não* dormir fora e *não* ficar na rua depois do horário combinado?

Este livro é exatamente a resposta para essa pergunta. Veja, atitudes não surgem da noite para o dia; elas se constroem ao longo do tempo.

DE QUE TIPO DE REFORMA VOCÊ PRECISA?

Pai, você já sabe que tem trabalho a fazer nesses anos do grupo hormonal, ou não teria sequer aberto este livro. Evidentemente você quer ver algumas coisas mudarem em sua casa. Mas a primeira coisa que precisa avaliar é o trabalho a ser feito.

Sempre que um empreiteiro faz um orçamento para realizar algum trabalho em sua casa, ele precisa conhecer a natureza do serviço. Ele vai reconstruir totalmente a casa? Vai reformá-la? Arrumar um quarto? Consertar a estrutura que está rachando? Pintar uma parede ou trocar os azulejos do banheiro?

Vamos dizer que você queira transformar um cômodo do sótão em uma sala de jogos. O empreiteiro chega, começa a fazer a estimativa para o que você acha que seria um trabalho bem simples, e então ele percebe que há uma rachadura na viga de sustentação. De repente aquele trabalhinho simples está parecendo muito maior do que você jamais poderia ter imaginado. Por quê? Porque a fundação — a estrutura de sua casa — apresenta problemas. E antes que qualquer outra coisa seja feita, você precisa consertar isso.

Algumas pessoas leem este livro porque sabem que a estrutura está ruim. Seu adolescente está se envolvendo ou já se envolveu em grandes apuros. Outros precisam reformar um quarto ou dois ou derrubar algumas paredes. Alguns de

Sinais de um adolescente na casa

- A TV só exhibe *reality shows*.
- Sua conta do supermercado aumentou 30% este mês.
- São 14h30 de sábado, e você já ouviu a expressão “tanto faz” 59 vezes.
- O vocabulário está abreviado por OMG, KKK, \o/, BJS, VLW.
- Preferências e aversões oscilam tanto quanto uma lâmpada incandescente.
- A palavra “tipo” é usada como conjunção, preposição, substantivo, verbo, advérbio e adjetivo.

vocês precisam somente de alguns retoques — uma mão de tinta para revitalizar o ambiente.

O que você quer conquistar nos próximos cinco dias? Vai fazer uma reconstrução total, uma reforma parcial ou apenas uma pintura? Se seu adolescente está lhe mandando ir àquele lugar e usando a palavra com F para se relacionar

Você vai fazer uma reconstrução total, uma reforma parcial ou apenas uma pintura?

com você, eu diria que você precisa partir para a reconstrução total, porque a atitude dele está dizendo tudo, em alto e bom som. Se seu filho ficou preguiçoso e não quer fazer as tarefas, ou “se esquece” de fazê-las, uma reforma parcial pode resolver. Ou talvez seu filho apenas esteja entrando

na adolescência, começando a ficar respondão, tornando-se o sr. Sabe-Tudo, e você não gosta disso. Uma boa pintura nesse estágio provavelmente vai dar conta do recado — e durará anos se você fizer direito.

Para transformar seu adolescente até sexta-feira, você primeiro precisa saber *por onde* começar. Depois, você precisa saber *aonde* quer chegar. Como diz o lí-

Funcionou para mim

Anne sempre foi maria vai com as outras, e isso a colocou em grandes apuros. Quando ela estava com 13 anos, juntou-se a um grupo de garotas mais velhas que fumavam maconha. Essas garotas chegavam a nossa casa dopadas e ficavam lá por horas, bagunçando tudo. Eu não sabia o que fazer, porque não podia impedi-la de usar a droga. (Eu também fumei maconha na adolescência, então pensei: “Quem sou eu para dizer que ela não pode?”.) Mas eu não queria que ela se recuperasse do “barato” em outro lugar que não em casa. Então ouvi seus conselhos num programa local de rádio e decidi experimentar.

No dia seguinte, quando Anne chegou em casa com as amigas, eu estava preparada. Pedi a nosso vizinho Kenny para me ajudar, já que sou mãe solteira. Kenny é grandão e realmente parece assustador para quem não o conhece. Depois que Anne passou pela porta da cozinha, ele bloqueou a entrada para que as outras garotas não pudessem passar e depois trancou a porta e permaneceu ali. Anne ficou furiosa e começou a gritar.

Eu lhe disse calmamente: “Suas amigas não são mais bem-vindas aqui”. Então me virei e fui andando até outro quarto. Ela me seguiu, gritando e xingando, mas fui para meu quarto e tranquei a porta. Eu conseguia ouvi-la adulando Kenny para que ele deixasse as garotas entrarem. Mas ele havia combinado comigo de se manter firme.

No dia seguinte depois da aula, Anne veio para casa sozinha, muito, muito brava. Quatro horas depois, ela berrou: “Você arruinou minha vida! Agora elas não querem mais falar comigo”.

Não respondi, mas sorri por dentro. Eu havia me livrado das pragas indesejáveis de minha casa.

Um mês depois, Anne chegou sozinha e se escondeu no quarto por duas horas. Ela havia recebido notícias bem ruins. Uma das garotas de seu antigo grupo havia acabado de obter licença de aprendiz de direção e estava levando as outras três meninas para andar de carro. Sob o efeito da maconha, chocou-se a toda velocidade contra uma barreira de concreto. As quatro garotas estavam hospitalizadas com múltiplas lesões; uma ficou parálitica.

Não precisei dizer nada. Só abracei Anne enquanto ela chorava.

Anne acabou de completar 15 anos. Ela não fumou mais maconha desde o dia que suas antigas amigas se machucaram. Ontem, quando ela voltou a mencionar o acidente, eu finalmente compartilhei com ela algumas das coisas horríveis que aconteceram comigo quando eu fumava maconha na adolescência. “Eu não quero ver essas coisas acontecerem com você também”, disse a ela.

Então minha filha fez algo que eu jamais esperava. Ela me abraçou. Obrigada, dr. Leman, por me incentivar a me manter firme. Não foi nada fácil, mas, uau!, que resultados!

Angela, Nova Jersey

der de renome internacional Stephen Covey, “Comece tendo em mente o fim”.¹ O que você quer que seu filho ou filha seja daqui a cinco dias? Você quer um filho com personalidade mas que não seja um personagem? Quer que ele seja respeitoso e obediente? Pretende que ele escolha seus amigos de maneira mais sensata? Deseja que ele se afaste das drogas? Quer motivá-lo a fazer seus trabalhos escolares — no prazo?

Se você sabe o que deseja realizar, é mais provável que consiga. Além disso, se você tem apenas um trabalho de pintura a fazer, talvez tenha um novo adolescente na quarta-feira, se aderir aos princípios deste livro. Mas se você vai partir para a reconstrução total, então definitivamente precisará ir até sexta-feira — e talvez um pouco mais, especialmente se seu adolescente se envolveu com automutilação, anorexia, bulimia, alguma seita, álcool ou drogas, e precisa de ajuda profissional.

“Comece tendo em mente o fim.” O que você quer que seu filho ou filha seja daqui a cinco dias?

Alguns também vão precisar chamar a dedetização. Às vezes você abriga algumas dessas criaturas chamadas insetos em sua casa. O fato de tê-los não é um castigo contra você como dona de casa; eles podem entrar na casa de qualquer um, e frequentemente é o que fazem. Mas quanto antes você se livrar deles, mais feliz será.

Fiz treze comerciais para uma empresa de dedetização em Tucson chamada 5-Star Termite & Pest Control [Controle de cupins e pragas 5 estrelas]. Quando os comerciais foram ao ar, as pessoas que o assistiram riram histericamente. “Sou o dr. Kevin Leman”, eu dizia, “e tenho uma esposa, cinco filhos e baratas. Eu estava lá na garagem ontem e vi uma barata de costas — exatamente como eu gostaria de vê-la, a propósito. E logo antes de empacotar, ela olhou para mim e disse: ‘O cara da 5-Star me pegou!’”.

Mas a verdade é que, para aqueles que têm baratas indesejáveis infestando sua casa (os amigos com quem seu filho está andando e que não são bons para ele), isso está longe de ser uma piada. Vocês, pais, precisam se livrar do problema imediatamente. Isso não significa que não haverá mais problemas adiante, mas os indesejáveis têm de ir embora. Agora mesmo. Às vezes isso significa levar e buscar seu filho na escola, ir a eventos escolares para monitorar o que está acontecendo, dizer “não” para saídas com determinado grupo de amigos, esconder as chaves do carro em algum lugar em que não possam ser encontradas, ou mesmo transferir seu filho para outra escola. Sim, todas essas situações são emocionalmente difíceis e exigem tempo, mas a alternativa é assustadora. Há coisas demais em jogo para você não agir agora mesmo.

Portanto, de que tipo de ajuda você precisa? Um pouco de orientação sobre uma pintura? Um empreiteiro que possa reformar um quarto? Uma equipe inteira de obras? Ou de uma indicação para a dedetizadora 5-Star?

O DESENVOLVIMENTO DA CARNALIDADE

As reações de seu adolescente têm tudo a ver com respeito — o respeito dele por você, e seu respeito por ele. O respeito começa nos estágios mais iniciais da vida e aumenta ao longo dos anos de relacionamento juntos.

A atitude e o comportamento de seu filho foram criados no espaço de sua casa.	A batalha das vontades — o que eu chamo de <i>desenvolvimento da carnalidade</i> — geralmente se inicia quando seu filho tem cerca de 18 meses, descobre que tem vontade própria e percebe que pode exercê-la. O que acontece depois desse ponto tem tudo a ver com você, pai ou mãe, porque a atitude e o comportamento de seu filho foram criados no espaço de sua casa.
---	--

A partir desse estágio inicial, é fundamental que vocês, pais, escolham suas batalhas com cuidado e que, conforme as situações apareçam, vocês não *reajam*, mas *ajam*. *Reagir* remove você do assento de motorista e o atira para dentro da montanha-russa emocional momento a momento com seu filho. *Agir* permite a você sentar-se, relaxar, dizer coisas uma vez e manter-se firme, permanecendo calmamente no controle, sem se importar com as consequências.

Assim, quando seu pequeno de 2 anos soltou aquela, como você respondeu?

- Você disse: “Oh, Dani, você não devia falar assim. Não é legal. Vou lhe dar mais uma chance de ser bonzinho”.
- Você disse: “Rapazinho, você acabou de ganhar um castigo. Fique no canto pelo resto da manhã”.
- Você se virou, caminhou para outro cômodo e o ignorou. Depois, quando ele quis brincar com seu brinquedo favorito, você disse: “Não, você não vai brincar com esse brinquedo hoje. A mamãe não gosta da maneira como você falou com ela”. Aquele olhar pidão nos olhos azuis tampouco conseguiu demovê-la.

Qual tipo de cena se desenrolou seguidamente em sua casa? Seu filho não se transmutou da noite para o dia nessa criatura adolescente alienígena. Adivinhe quem deu uma força nesse sentido? Seu modo de agir como pai e a maneira de administrar sua casa têm tudo a ver com a pessoa que seu adolescente é hoje.

Veja só o que aconteceu com a primogênita Shannon, aos 3 anos. Quando ela foi teimosa e desrespeitosa na hora do almoço, sua mãe a deixou de castigo. Ela calmamente pegou o cadeirão — com Shannon presa a ele — e o levou para fora da cozinha, no corredor, onde Shannon não conseguia ver a mãe. Esses cinco minutos parecem uma eternidade para a criança que não quer ficar longe da presença materna. Quando a mãe finalmente apareceu, Shannon disse na mesma hora: “Tá bom, mamãe, tá bom”.

Atualmente, a Shannon de 12 anos se lembra daquele episódio e ri. “Acho que percebi: ‘É, isso não funcionou muito bem’. Eu era uma criança esperta, então nunca tentei novamente. Essa foi a primeira e a última vez que minha mãe me colocou de castigo. Eu sabia que ela estava falando sério e que não voltaria atrás”. Hoje Shannon e sua mãe têm um relacionamento muito próximo, edificado sobre o respeito, e elas já atravessaram dois dos primeiros e intensos anos do grupo hormonal.

Compare agora com Jeferson, que tem 15 anos e trata a mãe como se ela fosse a escrava da família. “Cadê meu *short* de ginástica?”, ele vocifera um minuto antes de sair para a escola, e mamãe se apressa a encontrá-lo. Quando esse comportamento teve início? Quando Jeferson tinha 3 anos. Mamãe, tentando agradá-lo, permitiu que ele escapasse impune de seus chilikques, e então lhe concedia o que quisesse.

Esses dois exemplos mostram claramente o que eu chamo de “comportamento intencional”.

Quantos de vocês usaram a palavra *intencional* hoje? Estou procurando as mãos levantadas aqui... Não vejo nenhuma.

Certo. E quanto a esta semana? Ah, uma mão ali.

E que tal este mês? Mais uma ou duas.

Este ano? Mais algumas.

Intencional não é uma palavra que se ouve muito, mas é importante para você que é pai ou mãe entender o que é *comportamento intencional*. O com-

portamento intencional está a serviço da pessoa; atende a uma necessidade. Todos nós nos envolvemos nele.

O comportamento intencional está a serviço da pessoa; atende a uma necessidade.

O que é o comportamento intencional de uma criança que tem um chilique numa loja de brinquedos? Um bom palpite seria que mamãe ou papai lhe deram uma dose pequena de vitamina N e disseram “não” para o “eu quero, eu preciso” de 3 anos de idade. A maneira de uma criança de 3 anos dizer “Você vai fazer exatamente o que eu lhe disser para fazer” é dar um chilique espalhafatoso o suficiente para que as pessoas a seis prateleiras de distância escutem e deem uma olhadinha para ver o que está acontecendo.

E o que faz o pai para abreviar o constrangimento com o comportamento da filha? “Tudo bem, tudo bem, vou dar o brinquedo dessa vez. Mas esta é a última vez que compro um brinquedo para você”.

A garotinha acabou de ser recompensada por seu comportamento. Ela ganhou um agrado. Não admira que esteja sorrindo de orelha a orelha quando passa pelo caixa com o brinquedo nas mãos. Na mente da criança está registrado o pensa-

mento: “Olha só, isso funciona. Imagine o que mais eu posso conseguir usando esse método”.

Adivinhem só o que ela vai tentar da próxima vez? Seu chilique serviu para um propósito. Ela sabe agora que se fizer beicinho, chorar, sapatear ou às vezes até cair em silêncio profundo (isso é controle passivo), ela vai conseguir o que quer.

Toda pessoa desenvolve um “tema de vida” — uma filosofia ou modo de pensar que informa sua maneira de reagir aos acontecimentos. Na verdade, se você conhece o tema de vida de uma pessoa, será capaz de, com grande regularidade, predizer como ela vai se comportar em determinada situação.

Crianças obstinadas aprendem cedo seu tema de vida: “Eu só tenho importância na vida quando domino ou controlo”. E são muito boas em exigir e importunar. Tendem a ser muito orientadas a metas, sem se preocupar ou ter consideração por aqueles que ficam entre eles e o objetivo.

Anos de amor, carinho e atenção. Tempo e esforço dedicados a educar, formar caráter e ensinar boas maneiras. Os filhos pequenos são verdadeiros anjos em nossas vidas. De repente, os anjinhos entram em ebulição de hormônios, e todos os anos de educação e amor parecem ter sido em vão. Mas tudo pode voltar aos bons tempos em apenas uma semana.

A adolescência é a fase mais difícil na vida de todo mundo, mas “esse tempo vai desaparecer mais rápido que areia numa ampulheta, então por que não tirar vantagem dele?” é a proposta do dr. Kevin Leman nesta obra. Viva a adolescência de seus filhos sabendo exatamente como agir e, em uma semana, todos em sua casa estarão lidando sem dor ou estresse com esta fase tão importante da vida.



MC
mundocristão

ISBN 978-85-7325-712-0



9 788573 257120

Educação