

Стефан Клерже – Ноели Вијале

# Љубав



100% тинејџерска књига



Креативни центар



Едиција *Мала психологија*

ЉУБАВ  
100% тинејџерска књига  
прво издање

Аутори  
*Стефан Клерже*  
*Ноели Вијале*

Наслов оригинала:  
L'amour  
100% ado  
Stéphane Clerget  
Noélie Viallet

L'amour 100% ado © Bayard Editions, 2010  
За издање на српском језику © Креативни центар 2012

Илустровао  
*Лисил Гомез (Lucile Gomez)*

Уредник  
*Анђелка Ружић*

Лектор  
*Мирјана Делић*

Припрема за штампу  
*Таијана Ваљаревић*

Издаје  
Креативни центар  
Београд, Градиштанска 8  
тел.: 011 / 38 20 464, 38 20 483, 24 40 659  
[www.kreativnicentar.rs](http://www.kreativnicentar.rs)  
e-mail: [info@kreativnicentar.rs](mailto:info@kreativnicentar.rs)

За издавача  
*Љиљана Маринковић*

Штампа  
*Графосџил*

Тираж  
3.000

Стефан Клерже – Ноели Вијале

# Љубав

100% тинејџерска књига

*Превела с француској  
Гордана Бреберина*

Илустрације: Лисил Гомез



Креативни центар

# Тема

У сваком поглављу обрађен је један од аспеката опширне теме каква је љубав.

## Питамо отворено

Полази се од конкретних тинејџерских питања, сведочења и коментара који се заснивају на њиховом искуству.

### Питамо отворено

- Мора да је ново бити заљубљен!** **Моје питање је да замислите да вам љубав одмах дође у руке. Кога бисте изабрали за девојку? Кога бисте изабрали за момка? Кога бисте изабрали за другог пола? Кога бисте изабрали за другог пола? Кога бисте изабрали за другог пола?**

Има 14 година
- Можда бих волео да се саљубим са својом девојком. Да ли је то лоше? Да ли је то лоше? Да ли је то лоше?**

Има 14 година
- Желим да се саљубим са својом девојком. Да ли је то лоше? Да ли је то лоше? Да ли је то лоше?**

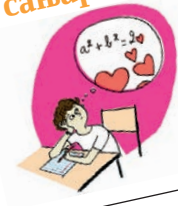
Има 14 година
- Желим да се саљубим са својом девојком. Да ли је то лоше? Да ли је то лоше? Да ли је то лоше?**

Има 14 година
- Желим да се саљубим са својом девојком. Да ли је то лоше? Да ли је то лоше? Да ли је то лоше?**

Има 14 година
- Желим да се саљубим са својом девојком. Да ли је то лоше? Да ли је то лоше? Да ли је то лоше?**

Има 14 година

## Љубав подстиче на сањавање...



## Одговарамо отворено

Мада се Ноели не обраћа сваком тинејџеру појединачно, они ће у њеном уопштеном одговору пронаћи решења за своје проблеме.

### Одговарамо отворено

#### Снови и стварност

Љубав је... нешто невероватно. Замислите себи како се осећате када се саљубите са својом девојком. Да ли се осећате срећно? Да ли се осећате срећно? Да ли се осећате срећно?

- Свакоме пар**

Има 14 година
- Љубав је...**

Има 14 година
- Љубав је...**

Има 14 година
- Љубав је...**

Има 14 година
- Љубав је...**

Има 14 година
- Љубав је...**

Има 14 година

## Још нешто о овој теми

- Зашто је љубав тако важна за сваког тинејџера?**

Има 14 година
- Зашто је љубав тако важна за сваког тинејџера?**

Има 14 година
- Зашто је љубав тако важна за сваког тинејџера?**

Има 14 година
- Зашто је љубав тако важна за сваког тинејџера?**

Има 14 година
- Зашто је љубав тако важна за сваког тинејџера?**

Има 14 година
- Зашто је љубав тако важна за сваког тинејџера?**

Има 14 година

## Савет стручњака

Стефан Клерже продубљује тему, развија одређене идеје и предлаже тинејџерима и друге путеве којима могу да стигну до одговора.



## Мојим првим љубавима

С. К.

Ономе кога волим

Н. В.



Добро дошли на странице ове књиге! Рецимо то на самом почетку: овде нећете наћи решења за разумевање тајанствене алхемије љубави! Ово је само предлог, позив за размишљање о том тако посебном осећању – и сада и у будућности.

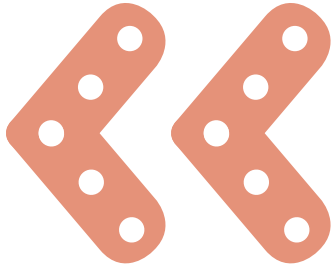
Љубав је лични континент, крцат емоцијама и питањима... Постоји нешто што можете да кажете свима и нешто што чувате дубоко у себи, у својој глави и срцу. Свака породица има сопствени начин размишљања и начин упућивања деце у емотивни живот. Љубав нас отвара, због ње се преиспитујемо, због ње треперимо. Извесно је да постојимо захваљујући њој!

Пошли смо од питања и сведочења тинејџера с којима смо разговарали и који су пристали да нам кажу понешто о себи и својим љубавним везама. Стефан Клерже и ја трудили смо се да вам приближимо сваку тему и понудили смо путеве који воде до решења. Његово искуство дечјег психијатра и моји разговори с младима и бављење питањима која се односе на њихов живот помогли су нам у писању ове књиге.

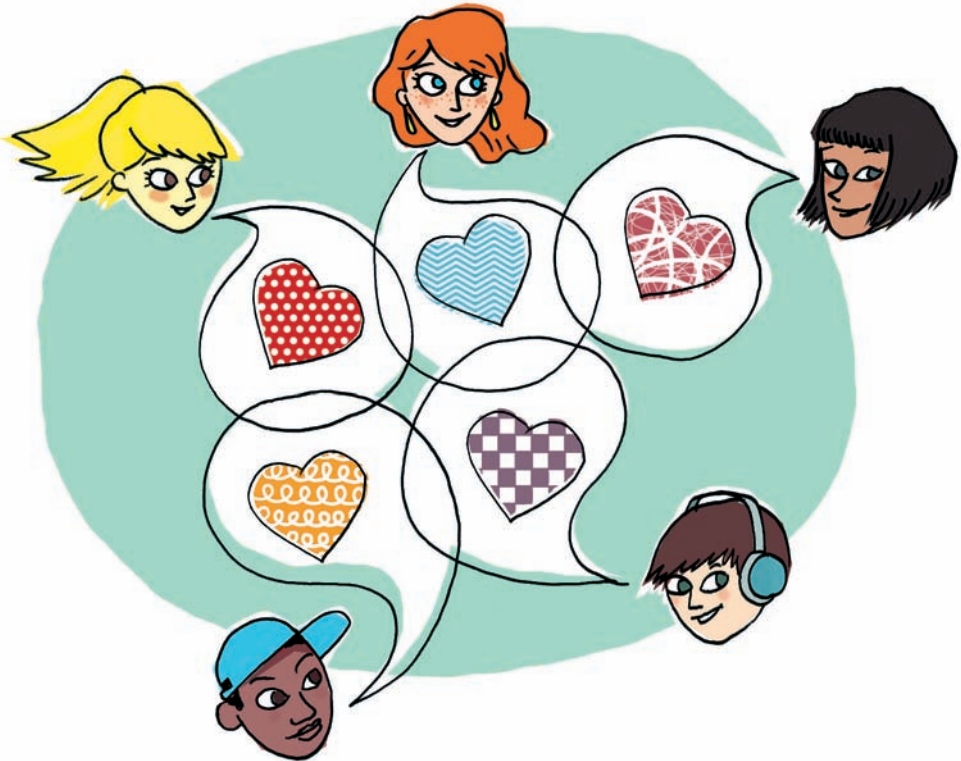
Можете се одлучити да прочитате ову књигу у целини или да ишчепркате из ње податке о темама које вас занимају. Она је свакако непотпуна! Не оклевајте да наставите расправу с пријатељима, родитељима, вољеном особом или вољеним особама с којима делите живот. Можда баш у љубави можете да будете најкреативнији! Љубав је у исти мах нешто што се деси изненада, али и нешто што стварамо, обликујемо, разрађујемо... У сваком случају, надамо се да ће вас ова књига подстаћи на то да доживите љубав – на свој начин и сопственим темпом.

Пријатно читање!  
Ноели Вијале





# Разни облици љубави...





# Питамо отворено

• **Љубав није само кад смо заљубљени.** То је и кад волимо маму и кад нам је грађо што је видимо. Кад би умрла, били бисмо шужни.

Пол, 11 година

● Љубав нам је потребна. Она је потребна чак и најгорим људима на свету, иначе они не би ни постојали. Она је неопходна! Љубав је један од разлога због којих живимо. Ако не бисмо добили љубав, мислим да не бисмо могли да живимо срећно.

Елена, 14 година

• **У живоју увек мора да постоји љубав. Живој не вреди без љубави ... чак и ако волимо многа што различито.**

Ана, 12 година

• Љубав је кад гајимо снажно осећање према некоме, кад осећамо да смо везани за неког.

Марк, 13 година

● Немам девојку, али се надам великој љубави. Свиђа ми се што могу да рачунам на своје искрене пријатеље, што можемо да се шалимо и лепо проводимо. За њих ћу увек бити ту кад сам им потребан. Много волим и спорт (тачније, бадминтон). Од музике ми се највише допадају рок и техно. Не волим шлихтаре и оне који се фолирају.

Роберт, 14 година

• **Још ми је сваке вечери пошребан мој њлишани меда. Не могу без њега.**

Жаклина, 15 година



• Ја волим да читам и пишем. То представља много тога – начин да се буде слободан, да се изразе осећања, ту нема насиља, мада и речи могу да буду сурове. Одмалена сам волела да исписујем речи, читам и пишем.

Мона, 14 година

● Отац ми је Тунишанин, а мајка Тунишанка. Волим своју земљу, своје порекло, Тунис. Тамо увек проводим распуст. Људи су срдачни и ту живе многи моји рођаци. То је земља мојих предака, подсећа ме на слободу, распуст, плажу, сунце.

Мина, 14 година

● **Имам пса који се зове Жожо. Он је штене и веома га волим. Много сам блиска с њим. Чим ме види, он трчи ка мени. Између нас постоји нека веза. Он не зна да говори, али се ипак добро разумемо. Више је везан за мене него за друге зато што се ја бринем о њему. Он ме теши. Волим да је поред мене, поготово када сам тужна. Кад му причам, боље се осећам.**

Софија, 14 година

## • Не волим школу... Шта да урадим да бих је заволела?

Џесика, 14 година

• *Кад ћорасћем, волео бих да будем лекар зашто што волим да лечим људе. Ја волим све људе, врло сам љемениш. Кад видим бескућнике на улици, желим да им ћомоћнем. Увек кажем шташћи да им да новац. Љубав шреба ћружашћи свима!*

Мартин, 11 година

● Кад обучем свој карирано цемпер, кажу ми да изгледам као да имам 80 година. Моји другови нису баш одушевљени њиме! Али исплела га је моја бака. И мој тата га је носио. Ја га облачим зато што много волим тату. Осим тога, традиција наше породице и даље се наставља захваљујући том цемперу.

Оскар, 11 година

• *Љубав је нешто лично.*

Игор, 11 година



Одговарамо отворено

# Постоји љубав и ... љубав

**Кад се каже љубав, обично се мисли на заљубљеност. Али љубав није само то. Имамо невероватну способност да волимо много тога различитог! Овде је укратко изложено све оно што можемо да волимо мало, много или ... лудо.**

## ● Све оно што волим

Јесте ли већ пробали да изведете овај експеримент? Узмите лист папира и саставите списак свега онога што волите. Можемо да волимо: онога у кога смо заљубљени, родитеље, пријатеље, брата од тетке, пса, зелену боју, фармерке, неког певача, видео-игрицу, неки роман или слику, питу од јабука, летовање на мору, да плешемо, или да возимо ролере, или чак да некемо заповедамо, можемо да волимо себе, природу, човечанство,



Бога или живот! Ову занимљиву игру можете да играте с пријатељима или члановима породице како бисте се боље упознали... Оно што волимо много говори о нама.

## ● Вртлози љубави

Пошто се целог живота развијамо и мењамо, мењају се и наше љубави. Оне могу да се јаве изненада или да се буде полако, да трају неколико месеци или цео живот, престану за трен ока или се постепено угасе... Можемо, на пример, да заволимо плодове мора које смо раније мрзели или да све теже подносимо некога од кога се раније нисмо раздвајали... Да и не помињемо то да је снага љубави сваки пут другачија: од обичне жеље (*Волим слагодед кад*

*Пиша с јабукама, ролери, њприрода,  
расцустџ ... оно шџо волимо  
мноџо џовори о нама*

*је врућина*) до огромне страсти (*Ако следеће џодине џређе у друју школу, умрећу!*), преко опуштеног односа (*Волим ову кућу заџо шџо се у њој добро осећам*).

## ● Каква загонетка!

У језику постоји мноштво глагола којима се изражава љубав: *волим, ценим, свиђа ми се, доџада ми се, сџало ми је до џоџа, заљубио/заљубила сам се, обожавам, луд/луда сам за џим, одушевљава ме* итд. Нико, међутим, не може да дефинише

љубав! А поготово заљубљеност, која нас највише очаравала. Само њено помињање мами нам осмех и осећамо се као да лебдимо... Романи, филмови, серије, па чак и књиге из психологије никада неће успети да је објасне!

## ● Животна снага

Свим тим различитим облицима љубави заједничка је она сила која се скрива дубоко у нама и гура нас ка некој ствари или особи што нас привлачи и узбуђује, као да нас та ствар или особа дозива. Ми не одлучујемо о томе, него то осећамо дубоко у себи: то је оно што се назива осећањем. Осећањем које нас испуњава спокојством, радошћу или полетом (*Јуџиџи, идем код баке!*) или, напротив, стрепњом, тескобом или нелагодом (*Оџишла је. Кад ћу је џоново видеџи?*). Осећањем које је тако лично да је предмет наше љубави саставни део нашег живота: спремни смо да му посветимо време, мислимо на њега, а кад га нема, недостаје нам или жудимо за њим. Жудња је јака жеља која нас тера на то да идемо даље, да изађемо из себе како бисмо кренули у сусрет онима које волимо! Љубав је, најзад, оно што нам удахњује живот.



# Још понешто о овој теми

## ● Зашто постоји толико различитих облика љубави?

Зато што волети значи *налазити задовољство у нечему*. Пошто има више врста задовољстава, постоји и више облика љубави. Вожња бициклом с пријатељима испуњава нас задовољством због тога што смо с људима које волимо, али и због саме активности. Иста особа може да нас испуни различитим врстама задовољства. Најпре, интелектуалним задовољством: волимо да разговарамо с њом. Може, затим, да нам омогући да се бавимо активностима које сами не бисмо могли да упражњавамо. Или да нам пружи физичко задовољство:

кад пољубимо мајку или вољену особу, уживамо у физичком контакту. И, најзад, можемо да осетимо задовољство повезано са осећањем пријатељства или љубави: то је задовољство изазвано самим присуством неке особе, али и сазнањем да нас она воли.

## ● Како то да свако воли нешто различито?

То је повезано са свим нашим искуствима, с нашим

целокупним животним путем! Често нешто волимо зато што нас подсећа на нешто друго. Можемо, на пример, да волимо неку боју зато што нас подсећа на мајчине очи или на боју собе у којој



смо одрасли. За маче, а не за бубашвабу, везујемо се делимично и због очију и њушкице који подсећају на нас! Неку плишану играчку можемо да волимо зато што замењује и представља нашу мајку или особу у коју смо заљубљени уколико смо је од ње добили на поклон. Осим тога, породица у којој смо одрасли и образовање које смо стекли такође могу да утичу на начин на који волимо. Љубав, дакле, не контролишемо, она је изван нашег утицаја.

### ● **Зашто волимо с већим или мањим интензитетом?**

У љубави постоји хијерархија, али то зависи од сваког од нас појединачно, као и од наших година. Код неких људи, на пример, љубав не може да достигне нарочито велики интензитет, они у себи имају кочнице. Нису сви способни да буду страствени. С друге стране, неки се лако занесу и одмах достигну VI степен љубави, а нису кадри да пређу I и II степен... Можемо, такође, некога да волимо али да не волимо све код њега: можемо нешто да волимо, а нешто не.

### ● **Да ли се способност да се воли има још од рођења?**

За разлику од животиња, ми нисмо програмирани да волимо чим се родимо. Животиње се повинују инстинкту. Мужјак лептира, на пример, програмиран је да приђе женки лептира кад она излучи одређену хемикалију. Он не размишља, нити бира. С нама је другачије, ми се рађамо са способношћу да волимо – то је наследно – али начин на који ћемо волети није програмиран. Човек учи да воли. А да бисмо научили да волимо, морамо да будемо вољени.

### ● **Да ли нам је потребна љубав да бисмо живели?**

Да, и по томе се такође разликујемо од животиња. Оне врло рано могу саме да се сналазе. Ми не можемо. Потребни су нам други људи како би нам помогли да одрастемо. Кад би неко дете остало потпуно само, кад не би имало никога кога би волело и ко би га волео, оно не би могло да воли. Штавише, умрло би. То је наша слабост, али је у томе и наша снага. Пошто зависимо од других, ми се њима хранимо: љубав

*Ми не контролишемо љубав.*

*Она је изван нашег утицаја*

нам омогућава да учимо и тако развијамо мозак!

### ● **Значи ли то да само људи воле? Животиње нису способне да осете љубав?**

Људи често мисле да животиње воле на исти начин као људи. Али љубав треба разликовати од привржености. Сисари су, као и ми, кадри да се вежу за неког. Кад се роди беба или кад младунче дође на свет, они се везују за онога који се брине о њима. Али заљубљеност је својствена само људима. Можете да се заљубите у некога ко се не брине о вама, па чак и у некога кога и не познајете, кога сте само срели. То је романтична димензија љубави.

### ● **Можемо ли себе натерати да нешто заволимо? На пример, ако хоћемо да заволимо школу, или неко јело које нам се не допада, или ако хоћемо да се заљубимо...**

Можемо покушати да изазовемо осећај задовољства помоћу понављања: ако упорно одлазимо код неког или једемо неку храну, на крају можемо да их заволимо. Можемо такође да будемо дружељубивији и да се отворимо према другима како бисмо

олакшали љубавни сусрет. Али не можемо намерно да волимо или не волимо. Као да се љубав удахњује одозго, она не зависи од наше воље! У животу, међутим, морамо да радимо много тога иако то не волимо: на пример, да идемо у школу или да будемо љубазни. Пошто немамо избора, боље нам је да то заволимо.

### ● **Понекад не знамо тачно шта волимо. Како је то могуће?**

То може да се деси зато што нешто нисмо пробали. Ако се нешто не познаје, не може да се воли. Љубав мора да се искуси. Морамо да пробамо неку нову храну, почнемо да упражњавамо неку нову активност или успоставимо однос с неким да бисмо сазнали да ли нам се допада или не. Ако не можемо да изаберемо, значи да не знамо шта нам се „више допада“. Није увек лако направити редослед онога што волимо и не може све међусобно да се пореди. Тешко, на пример, можемо рећи да ли више волимо маму или тату, овог или оног пријатеља. Зато што их често волимо из различитих разлога. Другачије је кад смо заљубљени. То је јединствено осећање које нас из темеља мења и преображава.

## ● Зашто у вишим разредима основне школе обично волимо исто што и наши другови?

То је наравно утицај моде.

Тинејџери обично воле оно што је у духу времена, оно што је ново.

Зашто? Зато што је управо у том узрасту за нас све потпуно ново.

Кажемо *Волим!*, *Не волим!* или *Мрзим њо!* да бисмо се осетили сигурније, да бисмо поставили неке границе у узрасту кад нисмо неминовно сигурни шта волимо.

Зато је популарна маркирана одећа. Осим тога, са 13-14 година опонашамо другаре, а не одрасле.

То је вероватно зато што у том

периоду живота постоје велике разлике између вршњака: неки су ушли у пубертет, а неки још нису, једни су много израсли, а други су остали ниски итд. Пошто је оно што се дешава у вама потпуно ново, мислите да сте изопштени и другачији од осталих. Угледамо се једни на друге зато да не бисмо били искључени из групе.

Зато су пријатељи склони томе да воле све исто. Могу да постоје изузеци, али обично тек у средњој школи почињемо да истичемо своју посебност, усуђујемо се да имамо одређене ставове који су другачији од ставова наших другова.








Шта значи волети? Зашто се у неким породицама љубав више показује него у другим? Зашто смо толико стидљиви због љубави? Шта треба да радимо како бисмо изашли с неким? Зашто секс буди у нама и жељу и страх у исти мах? Ово су нека од многобројних питања која ви, тинејџери, постављате себи, а Ноели Вијале и Стефан Клерже пружају вам одговоре и смернице за размишљање. Захваљујући њиховим саветима, ова књига ће вам помоћи да боље разумете велику загонетку коју представља љубав и прекрете које она изазива у сваком од нас.

ISBN 978-86-7781-908-8



9 788677 819088

 [www.kreativnicentar.rs](http://www.kreativnicentar.rs)