

Ajude seu filho adolescente a amadurecer

POR JULIAESCOLAAED

Algumas decisões importantes da vida são tomadas precisamente nesta fase com possíveis consequências positivas ou negativas para toda a vida.

A imaturidade faz parte da adolescência. Ela caracteriza-se por sentimentos novos e desconhecidos e ideias para um modo de vida diferente. “A sociedade precisa ser chacoalhada pelas aspirações de seus membros não-responsáveis” (Winnicott).

A citação do psicanalista inglês Winnicott motiva-nos a ver de maneira positiva a fase da adolescência e de apoiar os filhos para que se desenvolvam em plenitude.

Entende-se que é uma fase complicada para a relação entre pais e filhos, porque estes querem sua independência e a influência dos pais fica bem diminuída.

No entanto, os pais não podem abdicar do seu papel de autoridade, de ser modelo coerente e de estabilidade nas regras e princípios.

Algumas decisões importantes da vida são tomadas precisamente nesta fase com possíveis consequências positivas ou negativas para toda a vida. Por exemplo, o adolescente terá que decidir como lidar com o sexo e com o namoro, que atitude terá perante o estudo e a escolha da profissão, como enfrentará a oferta de drogas e de dependências, e, até mesmo, como será sua relação com os próprios pais e familiares.

Como os pais podem ajudá-los nessa fase de grandes transformações e decisões?

Primeiramente, é preciso que os pais continuem muito atentos e próximos, entre si e com os filhos. Ao mesmo tempo, não temerem continuar firmes em sua autoridade e exigências. Respeitar plenamente a liberdade de escolha dos filhos, sem abdicar, porém, dos próprios valores e princípios.

A aparente autossuficiência dos jovens não significa que não precisem mais dos pais: pelo contrário, faz-se muito mais necessária uma grande dedicação de tempo e disponibilidade.

A seguir algumas dicas que podem facilitar o relacionamento nesta fase:

- Elogiem e premiem a conduta adequada.
- Permitam que os filhos adolescentes expressem suas ideias e opiniões e não queiram passar “lições de moral”.
- Demonstrem afeto – mesmo que eles não queiram ou tenham aversão ao contato físico, eles precisam da demonstração de afetos.

- Tenham compreensão e saibam ouvir – mesmo que eles, na maioria das vezes, queiram confrontar e tenham ideias opostas.
- Evitem entrar em discussões e esperem o momento adequado para passar alguma mensagem.
- Ajudem a que qualifiquem seus sentimentos que podem estar confusos e sofrem altos e baixos. Eles precisam da orientação de alguém com mais experiência – este é um dos papéis mais importantes dos pais.
- Conheçam o grupo de amigos e estimulem a que os tragam para casa. Nesta fase da vida, eles devem ter uma vida social ativa e saudável, mas é ainda mais importante que digam onde estão, com quem e que horas voltarão. Eles se sentirão mais protegidos e saberão que podem contar sempre com vocês.
- Finalmente, não tenham receio de dizer não e de coibir ou vetar a frequência de determinados ambientes, programas e amizades.

*Este artigo contou com a colaboração da médica Adalzira Malheiros e da psicóloga Marilúcia Oliveira, do grupo de estudos do “Observatório da Vida”.

Estadão – 24/05/17