



## **Chegou a adolescência, e agora?**

Alguns pais se perguntam: como agir com filhos adolescentes? Gostaria agora de me dirigir, em especial, aos pais de adolescentes e propor algumas reflexões de como lidar com seus filhos.

Sabemos que a adolescência é um período de luto da infância, não os pertencendo mais um corpo de criança, tampouco um corpo de adulto. E por trás deste luto, surgem os comportamentos angustiados, tristes, de isolamento e por vezes revoltados destes adolescentes. E aos pais? como agir com esse turbilhão de sentimentos?

J.D.Nasio, nos convida a pensar: *“Se você deseja que seu adolescente mude, mude seu olhar sobre ele!”*

Tenho escutado pais que dizem: “eu tento conversar com meu filho, tento ter uma conversa simpática, gostaria de ajudar, mas ele não responde...”

Nesse sentido, recomendo aos pais saber esperar, encontrem o momento certo para dialogar. Por vezes, os pais precisam conversar sobre um assunto sério, que vem preocupando-os, primeiro ouça seu filho, depois se preciso for, você pode e deve punir um comportamento condenável, sem com isso renegar seu amor de pai. A adolescência é uma etapa da vida que tem começo e tem fim, e todos os pais que tem filhos em algum momento devem fazer essa travessia. Busque ser firme, afetivo, estabeleça limites, (evitando humilhar ou acuar o jovem), tenham em mente que o seu filho ou sua filha, esperam de vocês que desempenhem o papel de adulto protetor, mas que não hesita em fixar limites.

Negocie quando necessário, muitas vezes com o adolescente é preciso proibir, dizer NÃO!...mas também firmar compromisso com ele, o adolescente precisa sentir que o adulto confie nele, como por exemplo: sugira a ele fazer uma festa em casa, estabeleçam algumas regras, assim, estarão desenvolvendo confiança e senso de responsabilidade. Isso também promoverá aos pais, uma boa oportunidade de saber quem são suas companhias, sejam elas boas ou más. Mais tarde, num momento favorável vocês poderão conversar sobre seus colegas e da relação com eles.

Evite fazer comparações quando fores repreender o adolescente, isso só vai deixá-lo irritado, adolescentes não gostam de ser comparados com irmãos ou com qualquer outro jovem que tenha um comportamento exemplar.

Aprendam a ter paciência, pois suas atitudes perante seu filho adolescente é frequentemente estimulada por seus próprios sonhos acerca do que ele deveria ser...será que vai ser desejado? amado? popular? brilhante? será que vai ser capaz de se virar sozinho? Os pais sofrem, sentem se culpados, para isso devem realizar o “luto do bebê imaginário”, aquele bebê dócil e obediente de ontem, que deixou de ser, e aceitar o adolescente de hoje.

Lembrem-se: “cada sujeito é único”. Mude seu olhar sobre ele... AME-O COMO ELE É!

**Angelita M. dos Santos**  
**Psicóloga Clínica CRP: 07/26522**

Conteúdo do **Blog Z** da **Editora Z Multi**, convertido em PDF.  
Acesse [zmultieditora.com.br](http://zmultieditora.com.br) para ver outros conteúdos.

---