

A justa medida na educação dos filhos



Colégio Albert Sabin
07 de Junho 2017, 13:00

O que é melhor: ser um pai rígido e disciplinador ou tolerante e compreensivo com o filho adolescente? Para garantir a segurança do filho, até onde se deve controlar os seus passos?

Em 2016, o psicoterapeuta e mestre em Psicologia Educacional e da Desenvolvimento Humano pela USP Leo Frainman esteve no Colégio Albert Sabin para responder a essas e outras questões de pais e mães de alunos do 9º ano, frequentemente inseguros sobre a justa medida a adotar na educação de adolescentes. Muito bem recebido pela plateia, Frainman se dispôs também a ceder esta entrevista à Revista do Sabin, em que esclarece as dúvidas de mais famílias sobre o delicado tema.



O que se passa na mente do adolescente que pode interferir na sua relação com a escola e a família?

No começo da adolescência, é frequente que se observem mudanças pronunciadas. Destaco quatro: Há um aumento da necessidade de aprovação social, porque aumenta o número de células-espelho (ou neurônios-espelho), que imitam comportamentos externos. Graças a elas, conseguimos identificar emoções nos outros, o que é bom, é a base da empatia. Isso explica esse dia de pensamento, de andar na moda e ser aceito. Porém, traz uma armadilha: o jovem pode se sentir tentado a anular a si mesmo, aderindo a comportamentos de risco, como ingerir substâncias nocivas ou agredir colegas, só para pertencer ao grupo. A segunda mudança é a instabilidade e a necessidade de emoções intensas. Nessa fase, o cérebro reduz um terço da produção de dopamina, que é responsável pela sensação de bem-estar. Se o jovem tem aulas empolgantes, conversas interessantes com os pais, relações bacanas com os amigos e metas de vida saudáveis e fortalecedoras do "eu", essa necessidade de emoções é atendida. Por outro lado, se ele se sente abandonado, não é estimulado, não tem uma causa, isso pode levar a situações desastrosas. O terceiro aspecto é a dificuldade de lidar com o risco. O córtex pre-frontal – a área do cérebro responsável pela percepção das consequências, que freia impulsos e é a sede da moralidade – ainda não está totalmente desenvolvido. Mais uma vez, cabe à escola, à família e às pessoas significativas ajudarem o jovem a identificar os efeitos do que faz. O quarto ponto é a tendência a grandes paixões. É a época do amor romântico, de cruzar o mundo por um intercâmbio. Tudo que se quer é intenso. Dá a importância das artes, dos esportes, dos desafios. Mas não só do estímulo, também do acolhimento. É muito ruim para um adolescente quando alguém diz que ele faz drama, ou menospreza seus sentimentos. Ironizar, então, é terrível. Que bom que temos uma fase em que tudo se torna tão dramático. Esse nosso lado, bem enaltecido, faz maravilhas.

Qual é a medida entre autoridade e compreensão, supervisão e respeito ao espaço?

Pais muito invasivos – que fixam as coisas dos filhos, invadem suas redes sociais e mochilas – são tão perigosos quanto pais negligentes ou até pais "amigulhões". Os filhos precisam entender que há regras a serem respeitadas, que há limites. Cabe aos pais a definição das grandes questões: o tipo de escola, os valores da casa, a nutrição. O jovem pode escolher que tipo de vestuário quer comer, mas não a montagem da tabela nutricional. Os pais não podem escolher, por exemplo, a definição política do filho, mas podem, sim, intervir se este fizer cyberbullying com um colega de linha partidária diferente. Para essa participação mais segura dos pais, que equilibram bem o afeto e a firmeza, não precisa mais do que 20 minutos de conversa, uma vez por semana. Não falo da reunião DR – a discussão de relação –, mas de uma reunião periódica de alinhamento de papéis, expectativas e valores.

Falta clareza na comunicação entre pais e filhos adolescentes?

É muito importante, até para a construção do "eu", que o jovem manifeste saber de tudo, não precisar de nada, achar os pais antiquados. Faz parte.

Ressentidos – e cansados pelo dia a dia – muitos pais se afastam. Há quem tente os filhos de "aborrescentes", numa ironia feia e inadequada. E há quem crie conflitos tremendos. Nada disso funciona. É preciso empatia, respeito e assertividade. É preciso que os pais digam, claramente, o quanto se importam e por quê. Não é óbvio para o filho que há amor quando o pai diz: "Não quero que você vá àquela rave". Dá trabalho, mas é preciso explicar: "Não me sinto à vontade com você em outra cidade, numa festa com drogas, sem adultos por perto. Não por você, mas porque já tive 15 anos e sei que às vezes é difícil segurar a onda". Ou então dizer: "Eu te amo e por isso exijo que você faça a lição de casa". Pode ser mais fácil dizer: "Faz o que quiser". Mas é muito melhor insistir para que o filho dê o seu melhor. A questão é deixar claros os porquês. Repete: dá trabalho, mas dá mais ainda se não o fizer.

O que fazer quando o pai ou a mãe sofrem com o crescimento do filho, não conseguem "desagarrar"?

Essa é uma questão bastante difícil. Se está dolorido ver o filho crescer, ter ambições, construir laços e se envolver com atividades que o afastem da família, porém com saúde e alegria, estamos falando de um egoísmo, de uma fragilidade emocional do pai ou da mãe. Em vez de verem com bons olhos – "que bom, meu filho está crescendo" –, pensam "meu filho está me deixando". Isso pode gerar uma culpa enorme no adolescente. Até certo ponto, é compreensível haver tristeza, sensação de abandono. Porém, quando isso leva os pais a uma invasão total ou a chantagens emocionais, isso indica que precisam de ajuda. E pode ser importante até para reverter uma eventual crise de meia-idade, uma crise no casamento ou um vazio interior que estaria sendo preenchido pelo filho. A dor pode revelar a necessidade de um cuidado.

E quando os pais não concordam com os planos de futuro do filho?

É importante que os pais ajudem o filho a verificar a factibilidade do projeto de vida. Se o jovem conhece as ocupações, as matérias que se estudam, o perfil dos profissionais, como está o mercado de trabalho e tendências, não vejo por que os pais se sentem ofendidos ou queverem decidir o futuro do filho. Eu digo e meúdo das escolhas matricinais. Garantias não temos. Mas, se o filho tem consciência do porvir, é preciso entender que ele tem direito à sua vida, aos seus valores, ao seu instinto. Os pais podem estar ao lado – levantando junto diferentes fontes de consulta, como a internet e eventos profissionais –, mas já não mais no comando da vida do filho.