

«É essencial permitir aos adolescentes um olhar atento e reflexivo»

Crescemos depressa demais...



Por vezes ouvimos alguns adolescentes verbalizarem: «Não sei o que quero...», «Tenho apenas 15 anos, sei lá o que vou fazer na vida adulta...», «Qual a profissão? Tenho que saber já...», «Posso parar para decidir?», «Gostava tanto de aprender outras coisas, mas não tenho tempo», «Adoro música, fotografia, línguas... mas quando vou pensar em desenvolver essas áreas...», «Ah, depois de terminar um curso superior».

É frequente ouvir alguns pais e mães verbalizarem acerca do que almejam para os seus filhos, são apenas crianças e já lhes dizem: «Quando chegares à facul-

dade...». **Para muitos, tudo acontece depressa, os anos passam uns atrás dos outros, sempre com a pressão de superar todos os obstáculos.** A criança não tem tempo para brincar, porque tra-

balha na escola muitas vezes, tantas ou mais horas que um adulto. As atividades extracurriculares preenchem o restante tempo, sendo que o momento de brincar fica para outro dia.

A adolescência

Inicia-se a adolescência que traz a necessidade de pensar sempre como se vai planear o futuro. O ensino secundário acarreta a responsabilidade de adquirir metas para alcançar aquele curso que é diversas vezes desconhecido. «Tenho que estudar muito para ter aquela média», «Tenho que estudar muito para ter uma boa média, porque ainda não sei que

“*Os adolescentes manifestam sentimentos de frustração e ansiedade, porque têm que seguir o caminho sugerido por todos*”

curso vou escolher, se não quero ficar para trás...».

Os adolescentes manifestam sentimentos de frustração e ansiedade, porque têm que seguir o caminho sugerido por todos, porque a sociedade determina, porque a família tem essas expectativas. O adolescente sonha, fantasia e até por vezes revolta-se e envereda por um percurso que não é apoiado por aqueles que o rodeiam.

Os que são mais determinados contrariam a vontade dos seus educadores para alcançar e viver o que os faz sorrir e brilhar, mas até trilharem esse caminho cortam correntes difíceis.

Aos 17-18 anos, a experiência pessoal e emocional é tão breve que os adolescentes têm tantas dúvidas, tantas hesitações relativamente ao seu rumo individual e escolar. A importância que os pais atribuem às competências escolares/acadêmicas, colidem por vezes, com o investimento que também deveria ser fomentado nas habilidades pessoais, sociais e emocionais. O movimento de terminar a escola e iniciar, assim que possível, ou seja, logo, a universidade para acabar rapidamente o curso superior é alucinante, sem paragens para reflexão, para aquisição de competências não académicas.

E os sonhos dos jovens?

Será que correr atrás de uma multidão, proporciona o equilíbrio, a satisfação pessoal para que o jovem adulto tenha o sentido de concretizar algo plenamente planeado e desejado.

Será que olhamos para cada um destes adolescentes ou simplesmente pedimos-lhes para que canalizem toda a sua energia para o que nos é imposto a todos?

É essencial permitir aos adolescentes



um olhar atento e reflexivo, para que possam compreender o que querem, para que sejam realizadores do seu projeto pessoal.

A procura deve ser apoiada e respeitada, sempre, para que a harmonia seja parte da estrada percorrida.

Vamos deixá-los também pensar, precisamos ouvi-los, apoiá-los e compreendê-los... **Z**

Sandra Helena



Psicóloga Clínica e Psicoterapeuta Infanto-juvenil
Psinove – Inovamos a Psicologia
www.psinove.com

PUB

TREINAMENTO TRI CLÍNICO PARTICIPE DO CURSO EM LISBOA - PORTUGAL

18 e 19 de outubro de 2015 - Spa da Mente



Responsável técnico:
Maria Fernanda Simões
maria.spadamente@gmail.com
938538870 ou 917056700



Terapia de Reciclagem Infantil