

CURSO RELACIONAMENTO FAMILIAR SAUDÁVEL



CURSO
RELACIONAMENTO
FAMILIAR SAUDÁVEL

MÓDULO 9-B

**A RELAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE
PAIS E FILHOS NA
ADOLESCÊNCIA**

Facilitador: Alírio de Cerqueira Filho

ADOLESCÊNCIA E EVOLUÇÃO ESPIRITUAL

➤ A TRANSIÇÃO INFÂNCIA- ADOLESCÊNCIA

➤ Dentro da magnânima sabedoria divina os 7 primeiros anos de vida em grau decrescente de conquista são os mais fundamentais porque os arquivos cerebrais estão virginais.

ADOLESCÊNCIA E EVOLUÇÃO ESPIRITUAL

- **O passado foi selado pela benção do esquecimento. Está nos assoalhos mais subterrâneos da mente. Um contato com ele é muito difícil.**

ADOLESCÊNCIA E EVOLUÇÃO ESPIRITUAL

- **A medida que o Espírito vai acumulando anos no corpo esse contato vai se estreitando, até que na adolescência ele está no mesmo nível das conquistas e dos valores angariados nesta encarnação.**

ADOLESCÊNCIA E EVOLUÇÃO ESPIRITUAL

- A partir daí o indivíduo, já com os órgãos físicos amadurecidos, deverá fazer a opção entre o novo e o velho. Por isso podemos dizer que a adolescência é o segundo nascimento do Espírito.

ADOLESCÊNCIA E EVOLUÇÃO ESPIRITUAL

- Os processos de identificação se dão em decorrência da bagagem pretérita. A pessoa se inclina mais nesta ou naquela direção haja vista os valores polarizados pela encarnações pretéritas.

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- **O espírito encarnado passa nesse período a maior constrição que o corpo pode impor-lhe durante a encarnação. Porque os hormônios provocam impactos no cérebro, difíceis de serem vencidos. É a influência do corpo sobre o espírito. Neste período isto ocorre de forma muito clara.**

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- Há um desenvolvimento físico muito grande, com fortes transformações internas e externas. Também as mudanças nos campos intelectual e afetivo são marcantes. As meninas em geral amadurecem sexualmente antes que os meninos. Aparecem os seios, a cintura se afina, os quadris alargam-se, ocorre a primeira menstruação.

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- A barba começa a despontar nos meninos ao mesmo tempo em que lhes engrossa a voz, os pelos aparecem pelo corpo. Há uma intensa atividade glandular, hormonal, em ambos os sexos.

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- Daí o fato do adolescente ser tão sensualista no sentido de estar a serviço dos sentidos sensoriais. Ouve música em alto volume, gosta de imagens gritantes porque precisa de uma hipersensibilização de tudo, a fim de manter-se atento, em decorrência de todas as descargas elétricas e químicas que o seu corpo está recebendo na maturação dos órgãos.

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- **Paralelamente ao desenvolvimento físico interno e externo, ocorrem modificações também em nível social. A tendência à imitação acentua –se novamente.**

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- A adolescência é uma fase marcada por uma grande preocupação com questões de identidade. Quem sou eu? O que estou me tornando? Quem devo ser? Não se espante, portanto; se seu filho adolescente lhe parecer exageradamente preocupado consigo mesmo.

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- **Ele vai diminuindo o interesse pela família enquanto o relacionamento com os amigos passa ao primeiro plano. É através dos amigos que ele vai descobrir quem ele é fora do âmbito familiar. Mesmo no âmbito da turma, o foco do adolescente costuma estar voltado para ele mesmo.**

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- O adolescente está numa viagem de autodescoberta e está sempre mudando de rumo, tentando encontrar o caminho certo. Faz experiências com novas identidades, novas realidades, novos aspectos de sua personalidade. Esta busca é saudável na adolescência.

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- O desenvolvimento intelectual também é notável capacidade para generalizações mais rápidas, bem como maior compreensão de conceitos abstratos.

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- **O desejo de independência surge com força, muitas vezes apresentando-se como rebeldia em relação a qualquer autoridade.**
- **Há um crescente interesse pelo mundo, e é comum o surgimento de preocupações sociais.**
- **Ocorre maior maturidade intelectual.**

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- É comum períodos de serenidade sucederem-se a outros de extrema fragilidade.
- A insegurança que o adolescente sente apresenta-se ora sob a forma de uma aparente “superioridade” com relação aos adultos, ora por uma total dependência.

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- **É fácil compreender o quanto estes anos são difíceis para os jovens. Sentem-se imortais, fortes, capazes de tudo. Momentos depois se acham feios, desengonçados, deselegantes.**

CARACTERÍSTICAS DA ADOLESCÊNCIA

- Vencer tudo isso não é fácil. Por isso é necessário dizer ao adolescente que você se ocupa realmente dele. Demonstrar-lhe isso, ganhar-lhe a confiança, de dar-se a oportunidade de mergulhar junto com ele nas suas angústias.

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- **Como já vimos, o maior recurso que os pais podem conquistar com os filhos na infância é a capacidade do diálogo, a conversação entre 2 pessoas. Essa conquista vai ser fundamental na adolescência.**

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- **Muitos pais espíritas apresentam aos seus filhos adolescentes as orientações sobre a adolescência que buscam nas obras espíritas de cima para baixo como uma decisão incontestável, o que representa uma lição de moral.**

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- **Para um adolescente que em uma vida pretérita foi por exemplo um general, um imperador, um chefe de falange nas sombras, alguém acostumado a dar ordens e não a recebê-las isso é simplesmente inaceitável.**

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- **Os pais, por isso, ficam perdidos porque não estão acostumados ao diálogo.**
- **Fundamental portanto o diálogo. É necessário lembrar que a educação de adolescente é orientativa-diretiva. É preciso primeiro ouvi-lo para depois falar.**

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- **O adolescente fala o que pensa sobre o assunto que está sendo dialogado. O pai e a mãe percebe o grau em que ele se contextualiza diante daquela realidade e a partir de sua fala sem contestação apresentam-se possíveis soluções.**

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- É fundamental fazer perguntas para iniciar uma conversa que não é um discurso. Perguntas que levem o adolescente a refletir sobre o que ele pensa sobre o assunto: *Meu filho, o que você pensa sobre isso? Como é isso para você?*

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- Somente após ouvir, o pai e a mãe devem falar: Veja meu filho, Joanna de Angelis, Emmanuel, etc. diz que nesta idade o adolescente se sente assim. *Isso procede com você? Você se sente arrastado para o sexo, para o álcool, para o vício? Você sente uma rebeldia, uma irritação incontrollável quando alguém faz isso ou aquilo...*

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- A partir daí estabelecer o diálogo. É preciso conquistar a capacidade do diálogo, da conversação amigável que é a primeira manifestação do amor.

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- É necessário colocar um limite amoroso, não olhar o filho adolescente como um problema, mas como um ser humano que requer continência, limites, a fim de que possa desenvolver-se nos parâmetros da segurança, sem medo de exercitar a autoridade materna e paterna, de dizer sim, quando sim, não quando não, e sustentar essas posições.

A ABORDAGEM DO ADOLESCENTE

- Isso dá ao adolescente segurança para crescer, como a árvore que se sustenta na terra, pois encontra na própria terra a resistência junto as suas raízes.

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA

- **É importante que os pais nesta fase tenham as seguintes atitudes com seus filhos adolescentes:**
- **Aceite que a adolescência é a época em que os filhos buscam uma identidade separada dos pais. Os pais devem aceitar, por exemplo, que o adolescente precisa de privacidade.**

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA

- Ouvir escondido as conversas de seu filho, ler o diário dele ou submetê-lo a interrogatórios são coisas que passam a mensagem de que você não confia nele. Isso, por sua vez, coloca uma barreira na comunicação. Seu filho pode começar a ver você como inimigo em vez de aliado nas horas difíceis.

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA

- **Mostre respeito por seu adolescente. Imagine como seria ter alguém sempre corrigindo-o, apontando suas falhas, implicando com você por causa de assuntos delicados? E se essa pessoa ficasse lhe dando lições de moral, querendo lhe ensinar como viver a sua vida?**

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA

- Provavelmente você acharia que essa pessoa não tem muito respeito por você, não se importa com os seus sentimentos. Você se afastaria dessa pessoa não é verdade? Então evite fazer o mesmo com seu filho.

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA

- **Proporcione uma comunidade sadia a seu filho. É importante que os pais conheçam as pessoas que convivem com o adolescente, inclusive os amigos e os pais dos amigos.**

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA

- **Estimule o adolescente a decidir sozinho e continue sendo seu educador emocional. Fique atento ao que está acontecendo na vida de seu filho. Aceite e legitime suas experiências emocionais. Quando surgir um problema, escute com empatia e sem críticas. E seja seu aliado quando vier lhe pedir ajuda.**

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA

- **A principal missão de um pai e uma mãe é proporcionar oportunidades, e não ser a fonte de toda a sabedoria. Em nossa complexa sociedade, os pais também devem manter um equilíbrio entre várias possibilidades e responsabilidades.**

EDUCAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA

- Em caso de dificuldades a principal função do pai e da mãe é a de ser empáticos, em vez de proclamar: "*Eu bem que avisei!*", e ajudá-los a refletir sobre o que aconteceu e o que podem aprender com isso.

AMIZADE E PATERNIDADE NA ADOLESCÊNCIA

- **O adolescente é levado a crer que deve ter como pai ou mãe um amigo e isso nunca vai se realizar, porque os pais são pais. O nível de relacionamento gravita num outro patamar. Amigo tem uma identificação de idéias de postura de momentos, até de busca de coisas efêmeras em conjunto, especialmente na adolescência.**

AMIZADE E PATERNIDADE NA ADOLESCÊNCIA

- O processo de educação do adolescente não é a de os pais se tornarem tão permissivos como os amigos. A relação pais e filhos deve ser uma relação de amor, de respeito. Cada um respeitando o espaço do outro. Devemos esclarecer as posições e cada um deve compor a sua função.

AMIZADE E PATERNIDADE NA ADOLESCÊNCIA

- **A relação entre pais e filhos esta passando por um momento de transição, buscando a identidade real. O ser humano conquistou muitos valores em nível material e agora esta necessitando de pontuar os valores em nível emocional.**

AMIZADE E PATERNIDADE NA ADOLESCÊNCIA

- São necessários um envolvimento e entendimento do que os filhos estão passando. Os pais necessitam de amplo entendimento e compreensão, e para isso eles necessitam de autoridade para pontuar e conduzir. Especialmente os filhos adolescentes necessitam dessa condução.

AMIZADE E PATERNIDADE NA ADOLESCÊNCIA

- **Isto deve ficar muito claro e os pais devem fazer isso com uma forma bem resolvida interiormente para que o adolescente ao voltar-se para autoridade paterna/materna reconheça isso de uma forma serena.**

AMIZADE E PATERNIDADE NA ADOLESCÊNCIA

- A tarefa dos pais é superlativa, é maior do que submeter-se, é mais séria do que concessão, é a tarefa da força, da humildade, de manter-se como referência até para ser contrariada, e até, as vezes para ser indesejada. Mas é a tarefa da referência.

AMIZADE E PATERNIDADE NA ADOLESCÊNCIA

- Amigos são amigos, são relações horizontais, mãe e pai são referência, é uma relação vertical, que tem o dever de sinalizar o rumo seguro aos filhos em direção ao bem, ao bom e ao belo, formando o seu caráter.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

- Drogas são substâncias tóxicas que produzem alterações psíquicas ou de comportamento, pelos efeitos que produzem no sistema nervoso central. Em geral, para quem as utiliza, levam a uma sensação de prazer tais como sedação (acalmam), excitação, alucinações e volúpia.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

- **Essas sensações podem alterar a percepção, a inteligência, a memória, o raciocínio e o autocontrole.**

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

- Comumente as drogas são usadas como forma de alienação (fuga) da realidade, de relaxamento das tensões da vida moderna ou como tentativa de superação de problemas não-resolvidos.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

➤ Tipos de usuários:

➤ **Experimentador:** aquele que usa uma ou poucas vezes vários tipos de droga, por curiosidade, pressão do grupo de amigos, em geral logo abandonando-as. Muitos adolescentes estão neste caso.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

➤ **Usuário ocasional:**
usa somente quando tem a droga disponível. Numa festinha, por exemplo, ou na casa de um amigo. Não é dependente.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

➤ **Usuário habitual:** já apresenta dependência, precisa da droga, mas ainda não apresenta rupturas sociais importantes. Ainda trabalha, estuda, namora etc. A ruptura social importante significa justamente deixar de ter essas atividades habituais.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

➤ **Usuário dependente:** vive apenas para o consumo das drogas que utiliza. Apresenta rompimento forte dos vínculos sociais, tendendo à marginalização e ao isolamento. Em geral, já começa a apresentar sintomas de decadência física e moral. É a fase em que todos os métodos são válidos para se conseguir a droga

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

- **TIPOS DE DROGAS E OS EFEITOS DESTRUTIVOS QUE PRODUZEM**
- **DROGAS DEPRESSORAS** -
diminuem a atividade cerebral, levando ao relaxamento, à sedação, à “calma” e conseqüentemente ao desligamento dos problemas, reduzindo a ansiedade.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

- As pessoas que as utilizam sentem-se mais tranquilas em relação a seus problemas. Podem provocar também uma desinibição. O indivíduo sente-se com coragem ou à vontade para falar o que sente e o que o incomoda.
- Causam dependência física e psíquica.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

- Tipos de **drogas depressoras**:
- bebidas alcoólicas;
- barbitúricos (remédios anticonvulsivantes, soníferos, hipnóticos e analgésicos);
- calmantes (tranqüilizantes, ansiolíticos e sedativos);
- codeína;
- inalantes (cola de sapateiro, cheirinho-da-loló, éter, esmalte, gasolina, verniz, clorofórmio).

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

■ DROGAS

ESTIMULANTES -

dão a sensação de dinamismo, potência, força, rendimento maior no trabalho, coragem.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

■ Tipos de drogas estimulantes

■ cafeína,

■ nicotina,

■ cocaína, crack

■ anfetaminas.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

■ DROGAS ALUCINÓGENAS

- provocam distorção na percepção das cores e das formas, porque o cérebro funciona desordenadamente, alterando as mensagens nervosas.

O ADOLESCENTE E AS DROGAS

■ Tipos de drogas alucinógenas:

■ maconha

■ LSD (ácido lisérgico)

■ esctasy

■ heroína

O ADOLESCENTE E O ÁLCOOL

■ É sabido que a iniciação das crianças e adolescentes alcoólatras na maioria dos casos é feita dentro de suas próprias casas e, como a pesquisa mostrou, bem cedo.

O ADOLESCENTE E O ÁLCOOL

- O problema é que alguns pais acham *bonito* e se orgulham dos filhos (principalmente meninos) que já aos dois anos ou três tomam uns golinhos de cerveja ou dão uma *bicadinha* no uísque do papai. Incentivam e exibem aos amigos os filhos bebendo, sob intensas gargalhadas e atitudes de franca aprovação.

O ADOLESCENTE E O ÁLCOOL

- Esse hábito comum entre as famílias é preocupante porque, na medida em que todos riem e aplaudem as caretas que os pequeninos fazem nessas horas, aquilo que parece é uma brincadeirinha inocente pode ter conseqüências. A aprovação dos pais e da sociedade *marca a criança*. Ela sente-se feliz, amada, aprovada.

O ADOLESCENTE E O ÁLCOOL

- Há, infelizmente, o próprio exemplo na família e na sociedade como um todo. A convivência com pessoas que usam o álcool com frequência tende a levar as crianças e adolescentes a ver sua utilização como uma coisa comum, normal.

CAUSAS DO USO DE DROGAS PELOS ADOLESCENTES

- **Desestruturação familiar**
- **Exemplos dentro de casa: pais que usam tranquilizantes como lexotan, valium por qualquer motivo; uso de álcool e fumo**

CAUSAS DO USO DE DROGAS PELOS ADOLESCENTES

- **Conflitos comuns na adolescência – dificuldade de auto-estima**
- **Influência dos amigos**
- **Curiosidade**

COMO SABER SE MEU FILHO USA DROGAS?

■ Sinais mais comuns:

■ irritabilidade;

■ agressividade;

■ falta de motivação para os estudos;

■ falta de motivação para o trabalho;

■ troca do dia pela noite;

■ insônia;

COMO SABER SE MEU FILHO USA DROGAS?

- falta de motivação para namorar, sair, passear com amigos;
- vermelhidão nos olhos;
- desaparecimento de objetos ou de dinheiro de casa etc.

AÇÃO DOS PAIS QUANDO O FILHO USA DROGAS

- **Muitos pais, ao saberem que seus filhos usam algum tipo de droga, ficam de tal forma desesperados que assumem atitudes que comprometem mais ainda a situação.**

AÇÃO DOS PAIS QUANDO O FILHO USA DROGAS

- Seguir o jovem, proibi-lo de sair de casa, trancá-lo no quarto, falar sem parar no assunto, se lamentar todo o tempo, proibi-lo de ver os amigos, interná-lo numa clínica, tirá-lo da escola, cortar todo o dinheiro, bater, ameaçar são algumas delas.

AÇÃO DOS PAIS QUANDO O FILHO USA DROGAS

- Outro comportamento que pode ocorrer é ignorar o fato. Agir como se nada estivesse acontecendo por vezes é uma forma de fugir do problema, tal o pavor que os pais sentem diante dessa situação.

AÇÃO DOS PAIS QUANDO O FILHO USA DROGAS

■ É importante lembrar que o uso de drogas por um período não significa *obrigatoriamente* que seu filho seja dependente de drogas. Você pode ter descoberto apenas que ele experimentou umas vezes maconha ou cocaína, mas ainda não está viciado.

AÇÃO DOS PAIS QUANDO O FILHO USA DROGAS

- **A conduta então é de esclarecimento, apoio e amparo. Isso feito com segurança e autoridade. Não se trata de aprovar, nem de passar a mão na cabeça. É alertar, conversar sobre os caminhos a serem seguidos.**

ADOLESCÊNCIA E SEXUALIDADE

- Uma das grandes preocupações dos pais através dos tempos sempre foi a vida sexual dos filhos. Até há algumas décadas esse assunto era resolvido com uma grande dose de repressão e mantendo as crianças e jovens no desconhecimento, na ignorância, por vezes total, sobre o assunto.

ADOLESCÊNCIA E SEXUALIDADE

- Embora nem todos, os pais consigam ainda conversar sobre sexo com os filhos, já aumentou bastante o número dos que se sentem à vontade para esclarecê-los e orientá-los.

ADOLESCÊNCIA E SEXUALIDADE

- Sobre sexo, é fundamental que os pais de adolescentes:
- não ignorem que vivemos numa época em que bem mais cedo se têm bastante conhecimento de tudo;

ADOLESCÊNCIA E SEXUALIDADE

- frente a essa realidade, evitem tratar o assunto como se não fosse próprio para eles ainda;
- evitem tentar viver a vida dos filhos, entendendo que os adolescentes caminham para a independência e que nós devemos ajudá-los nessa caminhada. Isso inclui suas escolhas sexuais;

ADOLESCÊNCIA E SEXUALIDADE

- esclareçam sempre, conversem muito, alertem. São coisas que podemos e devemos fazer para que eles possam fazer suas opções com consciência;
- fixemos limites e a responsabilidades de cada um como a tônica, neste campo.