



## LIMITES NA ADOLESCÊNCIA



### **Como impor limites a um adolescente, se o meio influencia justamente o contrário?**

Limitar é ensinar a tolerar frustrações.

É prevenir para que, no futuro, uma dificuldade qualquer não se transforme em uma barreira intransponível.

Limitar é ensinar que todos temos direitos sim, mas deveres também. Limitar é mostrar que o outro também deve ser considerado quando nos decidimos a agir, que nunca devemos pensar apenas em nós mesmos, mas sim compreender que vivemos em grupo – ou seja, convivemos. É, antes de tudo, preparar nossos filhos para o exercício da cidadania. É, pois, uma parte importante do trabalho educacional da família. Um pai e uma mãe conscientes não se deixam levar pelo medo do que está acontecendo por aí fora; ao contrário, tudo o que acontece na sociedade deve servir de base para encontros e conversas com nossos filhos. E finalmente, dar limites é dar responsabilidade, o que implica em tornar nossos filhos, mais cedo, adultos responsáveis.

Quanto mais hostil for o meio – ou seja, quanto pior estiverem as coisas na sociedade, mais nós, pais, devemos compreender e introjetar a importância do nosso papel, em especial, o PESSO do nosso exemplo e dos nossos ensinamentos. Mais que temer a influência do meio, devemos continuamente analisá-lo com nossos filhos, para que eles tenham condições de defender de ascendências indesejadas. Já pensaram como seria absurdo se, com um sentimento de derrota, abandonássemos a luta? Quem iria então orientar nossos filhos sobre o que é certo e errado?

Se vivemos numa sociedade em que muitas pessoas acham que podem tudo devido à impunidade existente, isto não é motivo para que ensinemos nossos filhos a serem desonestos. Pelo contrário, é desvelando essa realidade injusta e analisando o que está ocorrendo que poderemos instrumentalizá-los a adotar uma postura combativa e de luta contra as injustiças. “Entregando os pontos” estaremos apenas dando razão à desonestidade e à falta de caráter. Afinal, qual o nosso objetivo ao educarmos nossos filhos? Formar um cidadão respeitado, justo, honesto (independente das falhas que existiam na nossa sociedade) ou criar um arremedo de homem, alguém que só pensa em “se dar bem”, independente da forma, já que existe tanta coisa errada por aí?

A idéia de que hoje em dia a sociedade está influenciando os jovens negativamente pode até ser verdadeira, mas preciso considerar que, de certo modo, as coisas estão muito melhores do que já foram num passado bem recente. Já pensaram como era a vida na Idade Média, os perigos que os jovens corriam e como os pais deviam ficar desesperados? Era uma época sem lei, em que o cidadão, o trabalhador, não tinha nenhum direito legal. Os reis e os nobres tinham poder de vida e morte sobre as pessoas. Se resolviam que uma menina era atraente, podiam fazer com ela o que bem entendessem. A quem os pais iriam reclamar? Se resolviam aumentar impostos, aumentavam. E como isso era freqüente... Um senhor de terras podia resolver incendiar toda uma cidade para punir a população por algo que o desgostara

e... assim ocorria. Hoje, mal ou bem, a sociedade está muito mais bem estruturada. As pessoas têm a quem recorrer, existe alguma ordem e mais igualdade, embora ainda haja muito a melhorar.

Nada justifica a atitude derrotista de alguns pais que, sob o pretexto de que tanta coisa vai mal, acham que não devem educar os filhos.

Se até nós, pais, mostrarmos aos nossos filhos a descrença na sociedade e no futuro, no que eles irão acreditar?

- **Quando o jovem torna-se muito agressivo, até onde tolerar?**
- **Fomos pais permissivos demais na infância e hoje percebemos os reflexos na adolescência ou pré-adolescência: como reverter a situação?**
- **A falta de respeito aos pais não poderá ser causada também pelo desrespeito dos pais para com os filhos?**
- **Sou viúva, tenho 4 filhos, 3 casados. O caçula, de 17 anos, é muito autoritário, vive me pedindo coisas e, se eu nego, fica muito agressivo. Quando vai a algum baile, não pede, simplesmente fala que vai. Ele não tem vícios, mas tem um gênio muito difícil, parece que está sempre querendo me agredir com palavras ásperas. Ei já falei que precisa de análise, mas ele nem quer ouvir falar no assunto. Não sei o que fazer. O fato de ele ter perdido o pai aos 6 anos pode ter influência?**

A agressividade não é inerente à adolescência, como muitos pensam. O que caracteriza esta faixa etária, do ponto de vista do crescimento intelectual e afetivo, é, entre outras coisas:

- a) **Antagonismo** – é a capacidade incansável e inesgotável de o jovem se opor, contestar e colocar-se contra tudo ou quase tudo que pessoas revestidas de algum grau de autoridade lhe apresentam, em especial se essas pessoas forem o pai e a mãe. Mas professor, diretor de escola, tio, padrinho também servem. Colocar-se contra, antagonizar não significa, porém, obrigatoriamente, ser agressivo; pode ser apenas expressão do crescimento, da crescente independência, ou simplesmente de idéias diversas das nossas. No entanto, é importante deixar claro que isso não justifica atitudes incivilizadas ou grosseiras;
- b) **Instabilidade emocional** – as grandes mudanças físicas, intelectuais, emocionais e sociais que ocorrem na adolescência podem influenciar o humor (a produção ainda desordenada de hormônios, por exemplo), levando a fortes e contraditórios sentimentos, alternando alegria, euforia, tristeza e melancolia, mau humor ou mutismo. Sem dúvida, isso pode tornar a convivência em família bastante mais difícil;
- c) **Inquietação** – nesta fase do desenvolvimento, jovem vivencia, percebe, intui a chegada da idade adulta, que ele deseja e teme ao mesmo tempo: deseja, pelo tanto de liberdade e independência que sonha conquistar; teme, pelo que presente irá assumir, em termos de responsabilidades, abandonando uma etapa na qual o prazer é a tônica e as obrigações ainda são muito poucas. Daí a introspecção e a seriedade, surgindo em contrapartida a atitudes infantis e descompromissadas.

Essas são três das mais importantes características emocionais do adolescente.

A agressividade, portanto, não é uma característica da fase, mas pode surgir em decorrência da dificuldade que o jovem sente em lidar com pouco tumultuado. Grandes modificações físicas em curto espaço de tempo também contribuem para o quadro emocional e insegurança.

Nada justifica, entretanto, que, por conta do que foi exposto, o jovem passe dos limites de uma convivência sadia (ainda que com a presença quase constante de certa impaciência e mau humor) para agressões graves. O que é compreensível e aceitável é surgirem atitudes de irritabilidade, mutismo, depressão leve (consubstanciada, por exemplo, pela falta de cuidado com a higiene e aparência pessoais ou pelo isolamento no quarto), impaciência, espírito de contradição, teimosia, resistência passiva etc. – nunca violência e desrespeito. Se a criança for educada, desde cedo, segundo princípios de respeito, justiça, igualdade e amor, poderão surgir – ainda assim atitudes desagradáveis, mas que normalmente, não devem passar de limites toleráveis.

É muito bom quando os pais compreendem o que o adolescente está passando e deixam passar – sem revidar – algumas das atitudes citadas, não levando tudo a ferro e fogo, a fim de favorecer a independência do filho. Afinal, a maior parte dessas atitudes representa apenas a insegurança característica da idade e o desejo de crescimento. Entendendo o que se passa é mais fácil tolerar algumas atitudes de auto-estimação dos filhos. Nunca, porém, os pais devem permitir que as coisas cheguem ao ponto de gritos, zombarias, agressões físicas, verbais ou morais. Se isso acontecer, provavelmente será porque não foram estabelecidos, de forma clara, os limites do que é aceitável e do que não é.

Pais bem orientados e equilibrados agem com os filhos adolescentes apoiados em um tripé básico:

- a) **empatia** – capacidade de compreender e viver os sentimentos do outro (no caso, do filho). Para isso é necessário saber ouvir, sem preconceitos, deixar o coração livre e desimpedido para “sentir com” e, principalmente, dar mostras de compreensão do sentimento do outro.  
Assim, se seu filho está triste porque uma tremenda espinha apareceu bem no meio da testa, no dia em que ela pretendia encarar uma gatinha super especial, mesmo que – adulto – você sabia que isto não altera nada quando há um real interesse, deve compreender a insegurança dele, nunca desmerecendo ou desvalorizando os seus sentimentos (essa premissa é imprescindível para que possa existir a próxima etapa);
- b) **diálogo** – depois de ouvi-lo colocar suas dúvidas e problemas, você parte para a análise conjunta da situação e busca de soluções possíveis, de preferências orientando, sugerindo, mas deixando, sempre que possível, a decisão final a cargo do jovem, e
- c) **estabelecendo limites** – ter empatia e dialogar não impede nem impossibilita que, quando necessário, você estabeleça limites, com base na sua autoridade e no dever de zelar pela segurança dos filhos. Isto quer dizer que, muitas vezes, por mais que tente, você não consegue convencer seu filho de alguma coisa que considera fundamental e, então (e somente nestes casos), torna-se necessário estabelecer alguma regra ou proibir alguma coisa.

Dando um exemplo concreto: Sua filha de 14 anos chega em casa dizendo que quer ir a uma festa no próximo sábado, num local bem longe e ermo. Em geral você concorda, mas sempre a leva e busca. Desta feita, entretanto, você tem um compromisso social importante, ao qual não pode deixar de comparecer e explica isso a ela. Logo que você coloca a dificuldade, percebe a ansiedade tomando conta de sua filha, como se aquela fosse a última festa do mundo (é assim mesmo que o adolescente sente as coisas). Dentro do princípio da empatia, você demonstra claramente pela sua fala, voz e gestos, que compreende o quanto ela está chateada e apreensiva, e que você também gostaria de poder levá-la, mas que poderiam pensar em uma outra forma de ela ir. A seguir, estando sua filha já bem mais calma, porque sentiu que as alternativas ainda não foram esgotadas, vocês conversam sobre outras possibilidades: carona com amigos, dormir na casa de alguém conhecido etc. Se uma das propostas levantadas está dentro do que os pais costumam permitir, pode-se resolver a questão de forma satisfatória. E aí, ótimo todos ficam felizes. Mas poderia ocorrer, por exemplo, que nenhuma das soluções estivessem disponíveis para aquele sábado e, como é normal com os jovens, ela, já se desesperando novamente, começasse a sugerir coisas como ir e voltar de taxi ou "dar um jeito", sem especificar, de forma clara, que jeito seria esse. É nesse momento, quando é impossível solucionar alguma coisa dentro dos padrões aceitáveis pela família e com uma margem mínima de segurança pessoal, que se torna necessário, mesmo com muita pena, dizer-lhe, ao final de tudo, que ela não poderá mesmo ir a esta festa.

Nesse caso, haverá quase sempre tentativas de barganha, resistência, alguma choradeira, insistência etc. alternadas com acusações do tipo "vocês complicam tudo...", "que é que tem de mais eu ir sozinha de taxi, o Fulano vai sempre..." e outras afirmativas do gênero. É quase impossível, mesmo que você tenha os melhores argumentos do mundo, que sua filha adolescente se conforme de imediato ou desista – de primeira – de alguma coisa que queira. Então, só vai lhe restar a alternativa de encerrar o assunto com muito carinho, mas com toda a clareza.

Em síntese, a agressividade deve ser combatida toda vez que superar os limites da educação, da polidez, da civilidade. E também sempre que percebemos que nosso filho está agindo, falando, se comportando, em fim, de forma que possa colocar em risco sua segurança, seu futuro.

Mesmo quando não se trabalhou os limites na infância é possível reverter a situação. É mais difícil, mas não impossível.

O primeiro passo é perceber a realidade. Quando os pais percebem que perderam tempo, deixando de aproveitar a infância para o estabelecimento dos limites mínimos – o que determina uma convivência baseada no respeito e na igualdade de direitos e deveres -, só este fato já os coloca um passo adiante na resolução do problema. Para mudar ou resolver uma situação é preciso, em primeiro lugar, reconhecer que o problema existe. Em segundo lugar, é necessário analisar e compreender onde, como e quando os erros foram cometidos. A compreensão global do processo é o primeiro grande passo para a mudança. É claro, vai demorar um pouco para que surta efeito. Um mau hábito é muito mais fácil de se instalar do que ser removido. Mas, quando se quer alguma coisa de verdade, se consegue. Uma alteração concreta na postura dos pais muda os filhos.

O jovem pode também estar gritando, agredindo, para ser ouvido. Como se fosse um pedido de socorro, num meio desfavorável. A omissão, indiferença ou a falta de amor e o desrespeito são outros determinantes de atitudes agressivas. De fato, não existem apenas os pais equilibrados, amorosos e justos. São muitos os que agredem física e moralmente os filhos; a falta de compreensão ou ainda a omissão e a indiferença são os elementos que mais levam à agressividade. Podem também tornar a pessoa submissa ou introspectiva, deprimida ou reprimida.

A regra básica para qualquer relacionamento, seja entre pais filhos, marido e mulher, irmãos ou amigos é: *para sermos respeitados, precisamos respeitar*. Então, se só falamos com nossos filhos aos berros, enfadados ou sendo muito críticos, provavelmente recebemos em troca um tratamento pelo menos semelhante. Se nunca batermos à porta do quarto antes de entrar, se ouvimos conversas na extensão do telefone, se vasculhamos sua mochila e bolsos, se lemos seu diário ou anotações, é muito provável que recebamos um tratamento bem parecido em troca. Portanto, antes de qualquer análise sobre agressividade, examinemos nosso próprio comportamento.

Sejamos adultos, mostremos equilíbrio, revelemos sempre o nosso amor e carinho, sejamos justos e equânimes, mas tracemos limites claros, objetivos e adequados e, por fim, estejamos sempre disponíveis para nossos filhos. Assim diminui-se muito a agressividade e encurta-se o caminho para a maturidade.

Marcela Alves (Psicóloga do 1<sup>os</sup> anos do Ens. Médio)

Fátima Figueiredo (Psicóloga 2<sup>os</sup> e 3<sup>os</sup> anos do Ens. Médio).