

Palestra: “Os Adolescentes e os Desafios da Noite”

Qual é o pai que não receia que o seu adolescente se envolva em problemas quando sai de casa à noite? Porém, não o deixar sair para o proteger também abre caminho para problemáticas psicológicas de outra ordem. Como pai como posso ser o mais eficaz possível perante estes desafios?

Objectivos da minha participação nesta palestra

- 1) Indicar uns dos principais factores subjacentes que levam o adolescente aos comportamentos de risco e como combater estes factores.
- 2) Sensibilizar os pais sobre algumas formas mais adequadas de lidar com o adolescente para se diminuir os comportamentos de risco que ele possa ter nas saídas nocturnas.

Situações reais

- Adolescentes que saem à noite entregues a eles próprios, com a única condição de se comportarem bem. Infelizmente e em muitos casos a situação não termina da melhor forma.
- Quando o adolescente se envolve em problemas ou se se baixa os braços para não haver conflitos ou se opta pelo castigo (incluindo gritos, ameaças, desvalorizações,...). Qualquer destas soluções não ajudam muito e não contribuem para um desenvolvimento psicológico saudável no adolescente.
- Acrescenta-se todo o tipo de futuros mal-estares, conflitos... e o pai sente-se desorientado, desrespeitado, desmoralizado, deprimido, angustiado, incompreendido ou, simplesmente opta por “baixar os braços”.

Nestas condições como actuar?

- Preparando melhor o adolescente para não necessitar de por as culpas nos amigos ou nos locais que frequenta e não depender do bom senso dos outros.

Proponho uma boa forma de apoiar os pais para se sentirem mais seguros nas suas competências parentais.

António Valentim

Consultor Parental e Psicólogo Clínico