

JULIANA CAVALCANTE

A TRAVESSIA DO

*adolecer*

"MAS TODO MUNDO VAI, POR QUE SÓ EU NÃO POSSO IR?"



“Mas todo mundo vai, por que só eu não posso ir?”

– Autor **Conhecido**

Seu filho amável e obediente que, uma vez não suportou estar separado de você, agora não será visto a menos de 200 metros.



# Querido leitor ou leitora,

talvez você ainda não me conheça. Então, deixa eu me apresentar primeiro: sou Juliana Cavalcante, psicóloga e psicanalista vincular.

Aqui, neste ebook, busco de forma simples e sucinta, evidenciar e revelar questões sobre uma das fases da vida na qual todos nós passamos: a adolescência.

Uma fase deslumbrante e ao mesmo tempo delicada. Necessária para a construção do indivíduo e que precisa de bastante atenção por parte dos pais, dos responsáveis e da sociedade.

Boa leitura!

**Um abraço!**



## O Adolescer

A travessia, ou a transição, do adolescer se refere à passagem da infância para a vida adulta. Esse momento, denominado **adolescência**, envolve uma série de transformações em que, o adolescente, é convocado à **desligar-se da infância e à preparar-se para a vida adulta**.

É um processo doloroso e conflituoso de renúncia dos objetos de amor e um luto pelas perdas do momento da infância que, evidencia para o sujeito, a mensagem de que **para crescer é preciso tolerar essas perdas, se diferenciar dos pais e se construir**.

Sendo um momento também de sofrimento e transformações para os pais, que sentem uma transição em marcha, uma ruptura entre o filho idealizado e o filho real.


**Essa transição causa choques, envolve enfrentamentos e precisa ser encarada com naturalidade e serenidade por parte dos adultos.**

Acontece que, aos poucos, os pais vão perdendo o lugar de heróis e benfeitores e tornam-se **educadores, fontes de ordens, tarefas e exigências.**

**Essa transformação pode ser encarada com contrariedade pelo filho que, no fundo, gostaria de continuar sendo mimado.**

E por já terem vivido a adolescência, os pais conhecem os riscos envolvidos nesta travessia e desejam que os filhos os ouçam em uma tentativa de cuidado e proteção. Mas, eles, os adolescentes, não o escutam mais na mesma frequência e, por este motivo, os pais devem sintonizar na **educação**. A atenção nesta fase será diferente das fases anteriores, que os limites poderiam ser estabelecidos de forma mais passiva por parte do adolescente, por meio de carinhos, abraços, beijos e apertões.

Agora, o carinho dos pais deve ser demonstrado na **atenção** e na **empatia**, mostrando ao filho que você compreende o que está acontecendo naquela fase da vida dele e que você não é indiferente a esse momento. Esse amparo é importantíssimo, visto que o jovem se sente tão frágil em seu íntimo, tão dependente dos pais que, para compensar o seu sentimento de inferioridade, **desenvolve uma superestimação do seu eu.**




Ou seja, um amor exagerado por si próprio. Tenso e desconfiado, no menor risco de ser humilhado, ele ataca, pois a sua autoestima é o falo que precisa ser preservado e não degradado, maltratado ou humilhado.

Então, por trás de todo este comportamento, por muitas vezes ríspido e intransigente de um adolescente difícil, esconde-se uma criancinha assustada pelas fantasias de sua imaginação, frágil através da busca pelo equilíbrio entre os **impulsos do corpo e, ao mesmo tempo, as regras sociais**. Além do duelo entre não estar à altura daquilo que se espera dele e por isso se sentir humilhado e ao mesmo tempo se sentir humilhado quando responde de forma satisfatória aos pais mostrando-se submisso.

Um momento bastante conflitivo, necessário e importante para o desenvolvimento emocional.

Sendo assim, os filhos irão superproteger-se de qualquer adulto que, de alguma forma, revele sua fragilidade, pois se sentem tão suscetíveis que repelem qualquer obrigação ou coerção vinda de seus pais para não correr o risco de se mostrar fraco ou servil e desta forma, por vezes, **se isola**.




E, dessa maneira, com reações dúbias, desconfianças, isolamento, rispidez e insegurança, **os adolescentes desafiam o amor maduro dos adultos**: de olhar para os filhos e não sentir o impulso de concorrer, mas de apenas tê-los próximos e esclarecer que pais não são coleguinhas e que, algumas vezes, **mesmo correndo o risco de serem tomados como detestáveis, têm a responsabilidade e o dever de impor e estabelecer limites.**

Até mesmo para não correr o risco de deslocar o lugar do adolescente na família, ao permitir que ele deixe o papel de filho e assuma erroneamente algum outro papel demandado pelo sistema familiar.

**Para que os filhos possam ser filhos, os pais precisam ser pais.**

O adolescente, mesmo contrariado, espera que os pais criem os limites e as regras, e cobrem para que ele as respeitem. Isso não significa que os pais mandam e ele obedece.



Na verdade, ter autoridade é bem diferente de ser autoritário. Porém, quanto mais seguros, fortes, consistentes e equivalentes forem os pais, mais seguro e protegido o jovem se sentirá.

**E é em cima da constância dessas relações que o adolescente vai construir a autoconfiança e sentir a importância da família.**

Até porque, adolescência não é só rebeldia, divergência ou agressividade, como pensa o senso comum. É extremamente necessário desconstruir esse pensamento e considerar o lado doloroso e complexo que os adolescentes e os pais passam.

# Auto Percepção

Os adolescentes, em sua maioria, não tem consciência do mal-estar subjetivo que se situa esse processo do adolescer e isso explica porque um adolescente, mesmo desesperado em seus conflitos, não pede ajuda.

Basta imaginar que esse jovem era criança e agora não é mais, mas também ainda não é considerado um adulto e que ele precisa achar um lugar no mundo, um lugar para ocupar.


**Conhecer o que ocorre com os jovens e saber de suas novas necessidades, diminui muito a ansiedade destes e dos adultos também**

**O desafio para o adulto é descobrir até que ponto os adolescentes podem seguir sozinhos ou quando, de fato, precisam de ajuda.**

# Orientações

Embora qualquer comportamento negativo, repetido várias vezes, possa ser um sinal de problemas subjacentes, o sofrimento inconsciente pertinente à esta fase pode se manifestar, **didaticamente**, em três grupos diferentes:

- 1 O grupo esperado;
- 2 O grupo de risco;
- 3 O grupo dos transtornos mentais.



Os adolescentes que tem características **esperadas**, traduzem sofrimentos típicos e necessários para se tornarem adulto:

hipersensibilidade  
a frustração

insatisfação  
constante

hostilidade ao  
mundo dos  
adultos

rejeição as regras  
e aos limites

Já os adolescentes que estão inseridos no **grupo de risco**, além dos problemas típicos da adolescência, exibem algumas questões mais evidenciadas, sejam elas vistas como comportamentais, emocionais ou de aprendizado.

Esse grupo assume, com frequência, o risco para pôr-se a prova e autoafirmar-se.

Os comportamentos de riscos silenciosos são, em maioria:


isolamento

apatia  
escolar

Tentativas  
de suicídio

ciberdependência

polidependência:  
álcool, maconha,  
êxtase e heroína,  
entre outras drogas



E, por último, o comportamento do **grupo dos transtornos mentais**:



pânico



depressão



distúrbios  
alimentares



esquizofrenia

## Conclusão

No sentido de acompanhamento e de assistência durante o processo de travessia, não só a família ou o ambiente clínico, como os psicólogos e psiquiatras, mas a escola, a sociedade, através da cultura, também podem e devem oferecer uma escuta e um espaço agradável aos jovens e impedir que as redes sociais sejam vistas, por eles, como o único espaço possível. Pois isto pode contribuir para a intensificação do desamparo, a fragilização dos laços familiares e sociais, tornando-os ainda mais vulneráveis.

Ressalto que para cada um dos três grupos citados, o processo de diagnóstico e acompanhamento profissional será realizado de forma específica e peculiar. E mesmo para os grupos com características de uma adolescência esperada, o acesso aos serviços de saúde mental poderá ser indispensável.

Contribuir para o desenvolvimento psíquico saudável dos jovens favorece não apenas condições para lidar com a vida adulta de forma mais equilibrada, mas também traz benefícios para o espaço familiar, escolar, social e laboral.

**Esse material não deve, sob nenhuma circunstância, substituir uma orientação profissional especializada!**

## Considerações

Por fim, como saber então se o adolescente concluiu sua travessia de forma sadia?

Vários indicadores poderiam ser citados aqui, contudo, de uma forma breve:

→ a capacidade do adolescente, agora adulto, reconhecer suas imperfeições, e mesmo assim estar à vontade consigo mesmo;

→ a capacidade de mostrar-se obediente, sem se sentir vulnerável ou submisso;

→ e não temer se relevar como criança em certas circunstâncias,

são de uma forma mais ampla e generalista, alguns indicadores de desfecho saudável.

**Esse material não deve, sob nenhuma circunstância, substituir uma orientação profissional especializada!**



[WWW.JULIANACAVALCANTEPSI.COM.BR](http://WWW.JULIANACAVALCANTEPSI.COM.BR)