

## As mudanças na pré-adolescência

De uma hora pra outra, sua filha, que brincava de boneca começa a passar batom. Você mal consegue pensar como será comprar para ela o primeiro sutiã. Mas está chegando a hora. Seu menino, que até ontem o idolatrava, hoje já pede que você não o beije na porta da escola. "Será que ele não gosta mais de mim?", pensa. Nada disso.

É a pré-adolescência que está chegando. Hoje, essa fase vai de 9 a 12 anos, o motivo segundo psicólogos, é que as crianças estão mais precoces. Uma fase de descobertas, curiosidade e muito medo do que vem pela frente.

O corpo passa por alterações físicas e hormonais e pode provocar estranhamento e sensação de desconforto. Embora cada pré-adolescente reaja à sua maneira, movimentos contraditórios são comuns nessa fase.

Alguns querem voltar a ser criança, enquanto outros reivindicam mais autonomia. Momentos de grande introspecção, com ar de estar no "mundo da lua", indicam que o jovem está tentando colocar os pensamentos em ordem e entender o que está acontecendo com ele. A dúvida entre ser criança ou ser adolescente pode mexer muito com o emocional.

### **Como agir**

Respeitar o espaço do seu filho é o primeiro passo. Conheça o que ele gosta e o que não gosta agora. Antigamente, ele adorava que você o buscasse na escola com um pirulito na mão, o abraçasse na frente dos amigos. Hoje, ele odeia. Então respeite a mudança. É natural.

Mantenha o diálogo, sempre. Não acredite que ele vá querer sentar com você e ficar horas falando do que sente. Essas conversas são mais indicadas durante um programa que vocês façam juntos. Invente algo que aproxime vocês e que faça com que ele se abra sem nem perceber que está fazendo isso.

Comece a falar com ele de forma mais adulta. O humor dele muda de uma hora para outra. Em um minuto pede carinho, beijinho, colo e, no momento seguinte, se tranca no quarto. Essas oscilações são perfeitamente normais, tenha tranquilidade para respeitar cada um desses momentos.

Nessa fase é muito importante impor limites e explicar os motivos de cada "não" sem medo. Se os pré-adolescentes não recebem limites, ficam perdidos. Os pais precisam lembrar que isso não é uma questão de bronca. É um ato principalmente de amor.

Um dos pontos mais importantes é ensiná-los a dizer não. A vontade de ser aceito pelo grupo faz com que muitos pré-adolescentes não consigam dizer essa palavra. Não querer desagradar o outro pode comprometer a vida de seu filho para sempre. Ensine-o que é melhor dizer não e ser firme em suas decisões do que aceitar tudo.

Fontes:

<https://noticias.terra.com.br/educacao/como-lidar-com-pre-adolescentes-em-classe,9508ef80d96ea310VgnCLD200000bbcceb0aRCRD.html>

<http://revistacrescer.globo.com/Revista/Crescer/0,,EMI17044-15143,00.html>

<http://educarparacrescer.abril.com.br/comportamento/como-lidar-seu-pre-adolescente-573019.shtml>