

## A adolescência e a desobediência: devo castigar meu filho?



Essa difícil fase tira o sono dos pais, que ficam perdidos e não sabem como lidar com a situação.

Parece que de um dia para o outro seu pequeno se transformou em um jovem rebelde que não obedece mais às regras, briga com os irmãos, quer sair sem a sua permissão, se vestir sozinho, decidir tudo? Nessas horas você pensa: “Por que meu pequeno não veio com um manual de instruções?”

A adolescência - tão temida pelos pais – é uma etapa difícil, mas ela passa! Regras, horários, passeios e o dever são pequenas batalhas diárias vividas dentro de casa.

Essa mudança tão repentina de comportamento tem explicação científica, eles passam por uma transformação psicoemocional e fisiológica. A puberdade e a vida social podem afetar diretamente no comportamento. Por isso, é natural que os jovens tenham dificuldades em aceitar tudo que é imposto pelos pais, principalmente quando o assunto é realizar tarefas.

### **O que fazer? Devo castigar?**

Segundo o neurocientista Marco Antônio Arruda, disciplinar é um processo de aprendizagem, não de punição. Claro que isso não quer dizer que o adolescente poderá fazer o que quiser, pois o que ele realmente precisa é de estrutura, regras, exemplos e respeito.

Procure responsabilizá-lo por suas ações, sejam elas boas ou ruins. Conheça mais o seu filho e proponha atividades do interesse de vocês, com metas, horários específicos, a fim de estimular a responsabilidade e a disciplina. Que tal criar o hábito de conversar com ele? É preciso acompanhar o seu universo – em constante mudança – e criar a confiança mútua para que vocês compartilhem suas vidas e experiências.

Busque reconhecer suas atitudes, elogiar e estimular os bons hábitos.

**Fonte:** <https://estilo.uol.com.br/gravidez-e-filhos/noticias/redacao/2015/07/01/castigar-nao-fara-filho-adolescente-mudar-de-comportamento.htm>