

Lançamento do livro *Adolescência: Os Anos da Mudança*, de Rita Castanheira Alves – editora Vogais

Quero agradecer à editora e à autora o convite que me fizeram, para apresentar esta obra. Sobre adolescentes. Para os pais dos adolescentes, que também o foram já. Uns terão habitado essa morada interna transitória num tempo que consideraram o certo. Outros tiveram adolescências precoces. Outros, ainda, sentiram que foram tardias. Mas todos tivemos uma.

Costumo dizer que, se dividíssemos os adultos em dois grupos, haveria o dos que foram pais e o dos que não o foram. E aqui incluo as mães e os pais afetivos, os padrastos e as madrastas e a relação que têm uns com os outros nas famílias recompostas que são hoje, em Portugal, uma imensa maioria.

Eu tive o privilégio e a dádiva de ser mãe e de acompanhar de perto a adolescência da minha filha, agora com 21 anos. Falo em dádiva, e não em calvário, como parece, tantas vezes, ser vivida pelos pais esta fase tão marcante da vida dos descendentes, de resto, sintetizada na popular expressão “Socorro, tenho um filho adolescente!”.

Falo em dádiva porque o exercício da parentalidade abre portas a um admirável mundo novo de experiências, dúvidas, confrontos, só comparáveis aos das ficções que gostamos de ver e rever, e em que nos identificamos com os protagonistas.

A diferença é que estamos numa não ficção. E o guião é aberto. E os realizadores somos nós, que desempenhamos simultaneamente o papel de protagonistas. Nós e eles. Esses seres que são uma versão melhorada de nós e, acima de tudo, pessoas como nós. E que não são, como erroneamente se pensa, nossos. São deles próprios. E nós, com a nossa PRESENÇA podemos ser os seus faróis. Guias de viagem, que dura uns bons anos. Viajamos com eles, somos desafiados por eles, despertamos com eles para novas dimensões a que, sem eles, provavelmente não teríamos acesso. Com eles podemos questionar-nos mais, refletirmos mais sobre coisas que fazemos de forma automática e sobre valores e crenças que merecem ser revistos e atualizados.

Esta AVENTURA não é isenta de turbulência, de abalos. De dores de crescimento. A boa notícia: há muitas oportunidades de insight, momentos de revelação e de reencontro. Uma dádiva, portanto. Porque fomos nós que vivemos esses momentos, fomos nós que estivemos lá e, olhando para trás na linha do tempo, percebemos o valor que acrescentou às nossas vidas.

Porque o assunto é sério, ele merece ser olhado numa perspetiva lúdica, sem a carga dramática que os adultos lhe imprimem, por medos e inseguranças várias. Assim fiz recentemente, numa das crónicas que assino no site da revista Visão, intitulada *7 sinais de que os teus filhos já são adultos*. “Percebes que o espaço que era só teu nunca o foi. Que as tuas certezas passam a ser revogáveis. Que o comando passa a ser, em parte, deles. Que comesças a ter de sair em vez de ficar. Que as férias deixam de ser o que eram. Que as questões deles se sobrepõem (ainda mais) às tuas. E por fim, percebes que eles já são adultos quando se oferecem para fazer o que só tu fazias.” Não irei explanar cada um destes pontos,

que, de alguma forma vão ao encontro do que aqui me traz hoje, o livro de uma colega de profissão, a psicóloga Rita castanheira Alves, e deste seu *Adolescência: Os Anos da Mudança*.

Sabemos que estes anos, propícios a transformações profundas, não são para meninos. Mudança para eles, que já são adolescentes. Para nós, os pais, que saímos, tanto como eles, da nossa zona de conforto (e ainda bem que assim é). E temos por missão prepará-los para VOAR, sair do ninho, AINDA QUE NELE PERMANEÇAM FISICAMENTE.

Falo da geração dos Millennials, nascidos em finais dos anos 90 (não há consenso quanto ao grupo etário que abrange, embora se tenha convencionado, em estudos americanos, que se trata do grupo com idades compreendidas entre os 15 e os 35 anos, e que em Portugal representa 28% da população, ou seja, quase 3 milhões, segundo estimativas do INE). Os nossos adolescentes cresceram num ambiente caracterizado pelo GLOBAL e pela CRISE, e é com essa herança cultural que atravessam as suas crises de IDENTIDADE, como os pais também atravessaram, noutra tempo e circunstâncias. Nestas, as de agora, eles sentem a pressão para ter um lugar que já não se conquista só com boas notas e sucesso, um lugar que implica mobilidade e incerteza. Os anos de mudança não são só para eles, são para todos.

Percebe-se porque é que esta geração tende a preferir o acesso à posse. Ou seja, o usar - partilha de bens e de serviços, de interações e vínculos - parece ter mais importância e valor do que o ter - o canudo, a casa própria, o contrato formal. Esta é uma mudança de paradigma. Quanto mais conscientes estiverem disto, melhor saberão como estar PRESENTES, como ESTAR COM estes Seres do Amanhã, no HOJE, no AQUI e AGORA.

O que fazer quando tudo muda e volta a ser indeterminado? O corpo, as hormonas, o cérebro, as escolhas vocacionais, os amigos, as paixões e as certezas sobre si e o que está à volta... Quando já não se é só criança e ainda não se é adulto, importa ganhar definição. Diferenciar-se. É a fase do risco, da experimentação da liberdade e dos limites próprios e vindos de fora.

O que mais me cativou no livro da Rita foi essa capacidade de arriscar partilhar conteúdos dos seus diários juvenis com os leitores, que exercem funções parentais. Ela inspirou-se na origem, nas raízes da sua história familiar e noutras, inspirou-se na sua vivência e apresentou-a, a par de outras histórias, ficcionadas ou adaptadas de casos clínicos e não clínicos, para chegar ao que realmente importa: QUAL O LUGAR DOS PAIS NA RELAÇÃO COM OS FILHOS, AGORA.

Eu, leitora, senti-me bem acolhida e confortável ao percorrer as cinco áreas temáticas do livro, ligadas pelo fio condutor de pequenos desafios, que se apresentam de forma regular e constante do início ao fim de cada capítulo. Refiro-me às secções “saiba mais, questione-se, não esquecer, acontece(u) e tenha(m) estratégias”.

Mais do que propor fórmulas, creio que esta arrumação da casa, por assim dizer, pretende informar, questionar e validar ou reforçar aspectos pertinentes e

comuns a todos. Por exemplo, quando explica porque é que o silêncio também é uma forma de educação sexual; ou como é que a sexualidade é muito mais que sexo; ou como o que se diz pode ser dito de modo a não perpetuar preconceitos. Todos os pais são modelos para os filhos, façam o que fizerem, porque é impossível não comunicar. É pois, a sua EXEMPLARIDADE que legam aos filhos. Mesmo que falem chinês e os filhos sejam uma pizza, valendo-me aqui das metáforas da Rita.

O que importa é estar PRESENTE, DISPONIVEL e, sempre que necessário, DESCONTINUAR formas de pensar e de agir que já não se aplicam e INSTALAR OUTRAS, na RELAÇÃO com os teenagers.

Qualquer coisa como ouvir sem julgar, ver sem controlar, orientar sem invadir. Um equilíbrio que se constrói com mini estratégias ensaiadas dia após dia, tal como o livro propõe. E que se aplicam à forma de lidar com os comportamentos de risco, o uso da tecnologia, a gestão do estudo e as saídas noturnas.

Uma nota final que a autora dirige aos pais:

... nunca é tarde para ter proximidade na distância, à medida que eles crescem e se vão distanciando, ou diferenciando

... nunca é tarde para confiar nas capacidades dos filhos, sem medo de dar-lhes limites e chão, porque eles esperam isso mesmo

... gerir expectativas pessoais (os filhos raramente são, e ainda bem, aquilo que projetamos neles)

... cultivar o desapego (dar-lhes o amor firme que precisam para poderem voar)

Porque no final da viagem, quando já forem adultos, há que aceitar o que foi, é e sempre será, e que o poeta e ensaísta libanês Khalil Gibran tão bem descreve no livro *O Profeta*. Finalizo com este excerto

Os vossos filhos não são vossos filhos: são filhos e filhas do chamamento da própria Vida.

Vêm por vosso meio mas não de vós; e apesar de estarem convosco, não vos pertencem.

Podeis dar-lhes o vosso amor; mas não os vossos pensamentos: porque eles têm pensamentos próprios.

Podeis esforçar-vos por ser como eles; mas não tenteis fazê-los como vós.

Sois os arcos, e os vossos filhos as setas vivas projectada. (...) Que a vossa tensão na mão do Arqueiro seja de alegria.

Obrigada pela vossa atenção e, mais uma vez, pela oportunidade de estar aqui hoje, com todos vocês.