

Socorro, meu filho está em época de provas!

Psicóloga ajuda a encarar esse período de outra forma

Todo ano é a mesma coisa para quem tem filhos em idade escolar. Chega o período de provas, como muitas escolas realizam nos próximos dias, e pais e filhos se veem às voltas com livros, cadernos e apostilas.

Em meio a uma série de reuniões pedagógicas, conversa com os professores, e acompanhamento de notas que marcam esse período, é provável que, sem notarmos, quem está sendo avaliado somos nós e não nossos filhos.

“Nos vemos invadidos por sentimentos como decepção, fracasso, incapacidade. Isso, não em relação aos nossos filhos, mas a nós mesmos e ao nosso papel como pais. Pensamentos como ‘Não estou sabendo educar’, ‘O que vai ser do futuro dele?’, ‘Vai acabar um nem-nem’, ficam rodando na nossa cabeça e nos arrastam numa espiral descendente de culpa, insatisfação e até raiva”, cita Yafit Laniado, psicóloga e hipnoterapeuta, criadora da Relacionamento, consultoria especializada no relacionamento entre pais e filhos.

A ideia é sempre ajudar o filho para a melhor preparação possível neste momento de avaliações escolares, seja a criança mais acomodada ou mesmo aquela super capaz, mas que os pais não conseguem entender o motivo dela não usar todo o seu potencial.

“Já tentei de tudo, de ameaça a recompensa e... nada” ou ainda tentativas de comparações, como “Porque na sua idade, eu...” ou ainda “Porque o boletim do seu irmão são alguns exemplos de frases repetidas em muitos lares com estudantes.

“O primeiro ponto que temos que nos ater é: quando saímos de olhos fechados numa foto, significa que no futuro não conseguiremos abri-los? Claro que não, assim como a nota da prova, a impressão do professor ou o boletim vermelho cintilante do filho não passam de uma fotografia de momento e nada dizem sobre como ou quem ele será amanhã, no mês que vem ou daqui a 20 anos. Basta recordar quantas pessoas você conhece que ficaram de recuperação, repetiram de ano ou viviam aprontando pela escola e hoje são profissionais competentes e reconhecidos nas suas áreas de atuação. Ou seja, em algum momento de suas

vidas eles escolheram mudar”, descreve Yafit.

A psicóloga explica que a mudança é uma opção ao alcance de todos, e que vale para pais e filhos também. “Faz parte do nosso papel de pais acreditar que nossos filhos sabem exatamente o que devem fazer. Acredite, o que eles mais querem no mundo é serem bons alunos. Por isso, ao demonstrar nossa confiança, transferimos a responsabilidade sobre a própria vida escolar para eles, nos restando esperar e torcer para que eles façam boas escolhas”, detalha Yafit.

Mas, se ele escolher errado?

A especialista destaca que cada escolha traz consequências com as quais os filhos devem lidar. “Esse é o preço que se paga para crescer. Assim da próxima vez, provavelmente, ele saberá escolher melhor.”

Aqui, entra o fator responsabilidade. Yafit afirma que duas pessoas não podem assumir a responsabilidade pela mesma coisa. “No âmbito escolar, se eu assumir a responsabilidade sobre a vida escolar do meu filho, ele entenderá que não se espera que ele faça isso. É um aval para que ele seja um aluno relaxado e descompromissado. Deixe essa tarefa por conta dele e ele provará a si mesmo e a você que é capaz.

Nossa responsabilidade como pais é matricular nossos filhos na escola, prover uniforme, lanche e material escolar e didático. Sentar-se na carteira e desempenhar seu papel de aluno, é a deles.”

A psicóloga dá alguns conselhos para os pais durante o período de provas:

- Relaxe. Você não é responsável pelo sucesso ou fracasso de seu filho;
- Não cobre ou pressione seu filho para estudar. Ordens como “Vai já para o seu quarto estudar” tendem a se transformar numa luta para ver quem pode mais. Evite também profecias do tipo “Você vai acabar repetindo de ano”, que podem ser entendidas como um desafio. É possível que seu filho dê ombros e pense: “E daí?”
- Não ofereça recompensas pelo sucesso nem castigos pelo fracasso. O desempenho escolar é responsabilidade deles;
- Demonstre confiança na capacidade de seu filho; “Tenho certeza de que meu filho saberá lidar com isso” deve ser seu mantra;
- Críticas que rotulam seu filho com adjetivos devem desaparecer do seu vocabulário. Distraído, confuso, preguiçoso etc. são características que ficarão

marcadas no conceito que ele faz de si mesmo;

- Não ofereça soluções nem assuma o comando da situação. A decisão sobre como será seu desempenho escolar é dele mesmo;

- Se seu filho pedir ajuda, ajude! Desde que esteja claro para os dois que a responsabilidade sobre os estudos continua sendo dele;

- O período de provas não é um “projeto familiar”. A rotina diária continua normalmente, sem estresse e sem pressão;

- O sucesso deve ser elogiado, mas não demais. O fracasso deve ser assimilado e não minimizado. Apoie-o e demonstre que você acredita na capacidade de seu filho de lidar com o insucesso.

- Valorize o empenho de seu filho, não a nota. Você prefere uma nota 10 com “cola” ou um 5 com o conhecimento adquirido?

<https://blogjornaldamulher.blogspot.com/2025/04/socorro-meu-filho-esta-em-epoca-de.html?m=1>

Veículo: Online -> Blog -> Blog Jornal da Mulher