

O potencial do diálogo com o adolescente

Conversa focada no bem-estar comum como recurso para resolver conflitos e promover aprendizagem

TAGS: #Adolescencia / #Comportamento / #Emocional / #Neurociencia / #Aprendizagem



EXPLICAÇÃO

Estudos recentes de neurociência apontam uma vigorosa reorganização de neurônios durante a adolescência, o que pode explicar alguns comportamentos tidos como típicos, como a busca pelo prazer e a baixa capacidade de autocontrole. Um dos sistemas cerebrais que sofre grande plasticidade é o responsável pelos relacionamentos, pela interação com outras pessoas.

Durante o período, o adolescente está desenvolvendo seu cérebro social, o que explica o fato de ser muito vulnerável ao que outras pessoas pensam dele. Mais do que em qualquer outro momento da vida, ele sofre muito ao ser rejeitado e tem, por exemplo, muito mais sensibilidade do que um adulto para perceber emoções nas outras pessoas.

Segundo Laurence Steinberg, professor de psicologia especializado em desenvolvimento psicológico de crianças e jovens, “gritar com um adolescente em voz brava pode ser uma forma pobre para convencê-lo da mensagem. Ele provavelmente vai prestar mais atenção na raiva do que nas palavras”. Em situações de conflito na vivência diária, enfrentar a questão estabelecendo o diálogo aberto e conciliador focado no bem-estar comum a todos não só é mais eficaz, como se transforma numa possibilidade de aprendizagem e desenvolvimento de habilidades socioemocionais.

REFERÊNCIA

Livro *Age of Opportunity: Lessons from the New Science of Adolescence* (tradução livre: *Época de oportunidades: as lições da nova ciência da adolescência*). STEINBERG, Laurence. Mariner Books, 2014.

