



ENSINO FUNDAMENTAL – ANOS FINAIS: ESCUA ATIVA E ORIENTAÇÃO FIRME

Como os pais devem agir:

Escuta atenta e sem julgamentos: Ouvir a partir da perspectiva do adolescente ajuda a humanizar a relação e a fortalecer o vínculo, sem abrir mão da autoridade. Esse tipo de escuta cria um espaço emocionalmente seguro, no qual o adolescente se sente reconhecido em sua singularidade e respeitado em suas diferenças.

Estabeleça limites claros, com negociação: O adolescente em formação quer autonomia, mas ainda precisa de direção. Regras com espaço para diálogo funcionam melhor.

Acompanhe a vida digital: Oriente sobre o uso saudável da *internet*, redes sociais e jogos *online*. Converse sobre riscos e mantenha canais abertos.

Esteja presente, mesmo que eles resistam: Às vezes os filhos não pedem atenção, mas precisam dela. Encontre maneiras de estar por perto sem invadir.

Valorize o esforço, não só os resultados: Essa é uma fase de muitos desafios escolares. Apoie o processo de aprendizagem, mesmo quando há dificuldades.

Impacto:

O adolescente constrói valores sólidos, senso de responsabilidade e confiança para lidar com os desafios da puberdade.

