



Família e a Resolução de Problema

Olá meus amigos !!

Vamos estudar juntos, vamos colocar nossas idéias, aprender e crescermos juntos??

Bem, essa semana vamos conversar um pouquinho sobre a Família e a Resolução de Problemas.

Em todas as famílias do nosso planeta enfrentamos desafios que nos chamam à responsabilidade de solucioná-los. Em graus variados, mas todos enfrentam os desafios. Algumas famílias conseguem uma resolução satisfatória de seus conflitos, mas a grande maioria ainda não conseguiu lograr êxito nessa tarefa, desestruturando-se muitas vezes frente à esses desafios que passam então a ser considerados problemas. E, frequentemente, essa desestruturação ocorre devida à falta de preparo emocional, psicológico e espiritual.

A Doutrina Espírita, como foco de luz à guiar a humanidade no caminho rumo à evolução, apresenta-se-nos como farol à iluminar nossa estrada e nos conduzir rumo à nossa evolução.

Tocando em todos os aspectos do conhecimento humano, na resolução dos conflitos familiares não poderia deixar de nos oferecer soluções para as mais graves angústias que nos chegam.

Temos como grande exemplo da consolação que o Espiritismo nos dá a mensagem de Santo Agostinho no capítulo XIV de O Evangelho Segundo o Espiritismo, sob o título: A ingratidão dos filhos e os laços de família.

Sendo assim, vamos procurar durante essa semana colocar textos e opiniões que reflitam o ponto de vista espírita sobre a missão da família na resolução de problemas?

Essa é a questão que propomos esta semana, como uma forma de debate.

E, para iniciar, coloco um texto que, apesar de ser de autora não-espírita, reflete grandemente a visão que nossa Doutrina querida nos dá sobre família e problemas:

A TEMÍVEL ADOLESCÊNCIA

Aceitando o desafio com todo o seu coração

Judy Child

"O período da adolescência é geralmente o mais difícil na relação pais-filho porque esse é o período da separação. Tanto os pais quanto o filho estão experimentando desafios em seu próprio desenvolvimento pessoal. O filho está aprendendo a atuar como adulto independente, o que significa que ele ou ela deve sair (física, emocional e psicologicamente) do ambiente do lar. Os pais estão aprendendo a deixar ir. O processo exige que ambos, pais e filho, aprendam a viver com a ambiguidade, a complexidade e o compromisso em todos os níveis de interação.

O período da adolescência é necessariamente desafiador, mas se o desafio for aceito com todo o coração, há o potencial para um profundo crescimento pessoal e a alegria de desenvolver uma amizade permanente entre pais e filho. O conceito espiritual da evolução da personalidade-alma individual quase sempre traz para uma perspectiva mais clara a qualquer coisa que aconteça entre os pais e o adolescente. Ao meditar sobre esse princípio espiritual, você descobrirá que, como adulto, compreenderá sua própria infância e a do adolescente com muito mais

honestidade, e de tal modo que poderá agir com sabedoria e compaixão no presente.

Há três medos poderosos que muitas vezes interferem na nossa habilidade para resolver os problemas de sermos pais de adolescentes. O primeiro medo surge do nosso instinto natural de guiar e proteger. Tememos que nossos filhos venham a se ferir, a cometer erros, ou que de algum modo não sejam capazes de lidar com os desafios da vida. Se examinarmos honestamente esse medo por nossos filhos, descobriremos que ele tem suas raízes em nosso próprio medo de sermos feridos, de errarmos ou de não sermos capazes. Nossa tarefa, como guias e protetores, é apoiarmos e encorajarmos o instinto natural dos nossos filhos para explorar, experimentar, correr riscos e crescer. Fazemos isso dando aos nossos adolescentes tantas escolhas (e portanto responsabilidade) quanto possível em todas as áreas da sua vida.

Estabelecer linhas de orientação geralmente gera conflitos, porque o adolescente está aprendendo a apreciar o equilíbrio entre escolha e responsabilidade, enquanto os pais estão aprendendo a fazer escolhas que limitam seu senso de responsabilidade. A ambos é exigido que mudem suas percepções do relacionamento, porque os padrões de interação estão mudando como parte de um processo de desenvolvimento natural. Como pais, estabelecemos o tom desse processo por meio da nossa conscientização do fato de que, em primeiro lugar, ele está acontecendo; por um contínuo auto-exame das nossas próprias motivações e reações emocionais; pelo estabelecimento de valores de comunicação honesta e respeito mútuo, através do exemplo pessoal. Quanto mais parendemos a confiar em nosso próprio processo de crescimento (a evolução da nossa própria personalidade-alma), mais aprendemos a confiar na capacidade dos nossos adolescentes para enfrentar seus próprios desafios de vida.

O segundo medo tem suas raízes na confusão sobre o nosso lugar no mundo que nos cerca, nossa identidade social. Tanto os pais quanto o adolescente são vulneráveis a igual pressão até que aprendam a aceitar a responsabilidade pessoal. Essa é uma questão difícil de ser resolvida em qualquer idade e em qualquer circunstância. Quando estamos profundamente envolvidos emocionalmente, tornamo-nos vulneráveis uns aos outros de maneiras significantes. Frequentemente sentimos que estamos vulneráveis ao que outras pessoas pensarão a nosso respeito por causa de algo que alguém da nossa relação está fazendo. Sabemos, como adultos, que isso é uma ilusão, porque relacionamentos verdadeiros são honestos e oferecem apoio. Aqui estamos falando essencialmente sobre consciência de grupo e de nossa natural interdependência como seres humanos.

Comunicação - A Chave

Se nós, como pais, ficamos envolvidos numa situação em que sentimos que nossa reputação está correndo risco por causa do comportamento do nosso adolescente, é extremamente importante que examinemos imediatamente nossos próprios medos. Se estivermos encarando nosso filho como se ele fosse um reflexo de nós mesmos e, portanto, aquilo que ele faz afeta nossa reputação, estaremos dando ao nosso filho um excesso de poder em nosso relacionamento; e estaremos lhe negando sua personalidade própria. Quanto mais estreita for a nossa mentalidade, mais tentaremos restringir as experiências de vida do nosso adolescente, muitas vezes com consequências dramáticas, rebelião declarada e conflito. Não temos o direito de tentar forçar uma outra pessoa a viver segundo nossas expectativas. O outro irá instintivamente resistir, abertamente ou por retraimento, porque seu processo de crescimento natural está ameaçado. Os pais devem abrir mão de seus próprios medos a fim de reabrir a comunicação com seus adolescentes. Se nossos relacionamentos adultos estiverem realmente correndo risco por causa do comportamento do nosso adolescente, é hora de reavaliarmos esses relacionamentos, bem como nosso relacionamento com nosso filho. A diversificação humana louva a diferença, pois ela é um reflexo do poder da imaginação criativa, do processo de individuação e do potencial de evolução da personalidade-alma.

O terceiro medo, o medo de não ser amado, afeta tanto os pais quanto o adolescente, embora os pais sejam menos aptos a reconhecerem-no em si mesmos. Temos medo de que não seremos compreendidos, que seremos rejeitados, que não seremos acreditados - todos os medos dos quais sofremos com essa mesma idade e não os resolvemos quando adultos. Esse é um medo particularmente importante de se analisar (o medo de não ser amado) relativamente ao fato de sermos pais de adolescentes. O processo desenvolvimental requer que a conexão pais-filho seja deliberadamente afrouxada mas não quebrada, que pais e filho aprendam a serem amigos, a reconhecerem e a respeitarem a individualidade de cada um. Uma vez que esse é um processo gradual que se estende por vários anos, com conflitos inevitáveis, a interação e a comunicação devem ser abordadas com cuidado. Sermos bem-sucedidos como pais de adolescentes exige coragem, concentração e comprometimento com nosso próprio processo de crescimento. O período da adolescência está repleto de mudanças, tanto para os pais como para o filho. A mudança pode ser sentida como excitante e desafiadora, ou como temível e esmagadora. A chave se encontra em nosso próprio coração, em nossa capacidade de amar, de dar assim como receberíamos. O medo de não ser amado é superado quando amamos sem o pensamento do eu ou a necessidade do amor retribuído. Isso é particularmente verdadeiro quando, como pais, esperamos ou exigimos que nossos filhos compreendam e apreciem "tudo o que fizemos por eles". Na verdade essa compreensão e apreciação geralmente vêm depois que o filho atinge a idade adulta.

Uma Prática Útil

Vamos considerar uma prática útil que o ajudará a resolver o problema que pode estar enfrentando como pai ou mãe de um adolescente. Por exemplo, suponhamos que sua filha pareça estar perdendo o interesse pelos assuntos escolares, embora ela costumasse ser uma boa estudante. Você está preocupado porque acredita que a educação é importante e que sua filha se beneficiará enormemente de uma boa educação. Talvez você ache que está captando mensagens cruzadas da parte dela a respeito do que está acontecendo, e está também consciente de que tem fortes pressentimentos sobre a situação. As coisas envolvidas são muito importantes para serem tratadas superficialmente ou para que uma decisão súbita seja tomada, portanto a solução levará tempo. Comece pela decisão de abrir mão dos seus medos sobre a situação. Isso provavelmente vai demandar firmes esforços durante dias ou semanas.

Durante o período de meditação, visualize todos os seus medos sobre a situação. Perceba que o medo está interferindo com sua capacidade de ver o problema com clareza. Preste atenção ao que você está pensando sobre a situação. Está com medo de que sua filha esteja pondo em risco o futuro dela? Como ela se sente com relação ao seu próprio futuro? Os interesses dela a estão levando numa direção tal que a educação que ela realmente quer não está disponível em sua escola atual? Será que ela talvez necessitasse deixar a escola por algum tempo? Você tem medo do que os outros irão dizer se ela fizer algo incomum? Há um conflito de valores entre vocês? Tem medo de que se você confrontar a situação ela o rejeitará, não o ouvirá, etc.? Tome consciência de seus medos, encare-os e saiba que você quer se livrar deles.

Concentre-se em Ouvir

Ao mesmo tempo, à medida que começa a sentir certa distância emocional do problema, concentre-se em ouvir, ao invés de interferir. Ouça o que sua filha está dizendo e fazendo, ouça sua própria reação, ouça a silenciosa voz interior. Abra sua consciência para a informação que você necessita. Vá em busca de conselhos se achar que isso é apropriado, e depois faça uma cuidadosa avaliação. Permita que suas percepções mudem à medida que você aprende a escutar sem medo. Acima de tudo, não force uma solução. O processo de crescimento tem seu próprio ritmo e direção, tanto o seu quanto o do seu adolescente. A solução mais saudável irá gradualmente emergir em sua consciência à medida que você meditar sobre abrir mão do medo, e escutar o Eu Interior.

Você saberá que encontrou a solução mais saudável porque ela irá encher de amor seu coração. Quando você é confrontado com mais do que uma possível solução para uma dada situação, a solução correta irá entrar em ressonância com aquilo que em seu coração você sabe que é o certo. Ela não será vingativa, punitiva ou coercitiva. Ela incluirá a oportunidade, para você e seu adolescente, de explorarem alternativas e chegarem a uma decisão juntos. É importante que escolhas genuínas sejam exploradas aberta e honestamente. Isso vai levar tempo, dependendo da qualidade de comunicação que você já tenha atingido com seu filho.

Quanto mais você puder ver a si mesmo e ao seu adolescente como personalidades-almas individuais, cada qual em seu próprio caminho de vida rumo ao mesmo centro espiritual, mas será capaz de aceitar os desafios da adolescência com a confiança de que vocês serão capazes de criarem juntos um relacionamento harmonioso."

Esperamos agora a participação de vocês, com textos, opiniões, dúvidas, etc. sobre:

- 1 - Como identificar os problemas e suas causas dentro da família?
- 2 - Como resolver esses mesmos problemas?
- 3 - Como preparar a nossos filhos e a nós mesmos para que possamos encarar os desafios da vida como parte normal do nosso processo de evolução, sem que se tornem problemas desestruturadores?

Esperando uma semana de muitas participações, aprendizado e crescimento

Muita paz à todos!

Ivair

Co-coordenador

Equipe Evangelize - CVDEE