

→ EMMA WATSON INDICA OS LIVROS MAIS #GIRLPOWER PRA VOCÊ LER E SE EMPODERAR AGORA ←

www.atrevida.com.br

atviva



CHEGA LOGO, ED!

Saiba o que esperar dos shows do boy no Brasil

ENCONTRE O LOOK QUE TEM MAIS SEU ESTILO

"MEUS PAIS NÃO DEIXAM"
Dicas para conquistar sua liberdade em casa e mudar isso

★
Tem poster gigante delas!
★

DIVA DO YOUTUBE

Quer ter um canal bombado? Nós revelamos o segredo!

LARI & NAH

O QUE ACONTECE QUANDO A GIRL MAIS FAMOSA DA TV E A DA INTERNET SE ENTREVISTAM? ELAS CONTAM OS BAPHOS QUE NINGUÉM SABIA. FICOU CURIOSA? ENTÃO VEM DESCOBRIR!

10 MEGA POSTERS



E MUITO MAIS...

CONQUISTE SUA INDEPENDÊNCIA

Se sonha em ter mais independência com relação aos seus pais, mas não tem ideia de como chegar lá, você não pode deixar de ler esta matéria!

por VERIDIANA MERCATELLI | arte ANDRESSA BEZERRA | foto SHUTTERSTOCK

MARINA CHEGA A HORA QUE QUISER DA BALADA, SEUS PAIS SÓ QUEREM SABER QUEM

É QUE VAI TRAZÉ-LA DE VOLTA. Já na casa da Carol, a coisa é diferente. Quando seus pais a deixam sair com a galera, eles dão um milhão de recomendações, entre elas, chegar cedo. Com a Júlia não tem nem essa de chegar cedo: ela simplesmente não pode ir pra balada porque, segundo o pai da garota, ainda é nova pra isso. Em cada família, as regras são diferentes, e apostamos que você se identificou com alguma destas meninas – e suas

amigas, com outras. Ser independente é bom? Claro que é, mas com a independência vem um monte de responsabilidades. Afinal de contas, você está aprendendo a "andar com as próprias pernas", a fazer suas escolhas e tudo isso pede um tanto de maturidade e responsabilidade. "Mas mesmo sendo responsável, meus pais não me deixam fazer nada!", você pode estar pensando. Por mais que você ache que é responsável e tal, será que não anda colaborando para que seus pais não deem a tão sonhada liberdade? "Vejo que um grande problema é falar que vai fazer uma coisa e fazer outra. Isso trai a confiança dos pais", explica a psicóloga

e pedagoga Clarice Kunsch. Outro fator que pode fazer seus pais a tratarem como criança é se mostrar dependente demais deles para resolver qualquer coisa. "Ficar sentada esperando que as coisas aconteçam ou ter de sempre ser lembrada das próprias responsabilidades também são atitudes que dificultam este processo. Afinal, a adolescente já sabe que tem de arrumar o quarto, estudar para a prova, cuidar das suas coisas, então estas briguinhas diárias podem ajudar os pais a acharem que sua filha ainda não está pronta pra ter mais liberdade fora de casa", lembra Clarice. Se identificou e quer virar este jogo? Então, chega mais, nós vamos ajudá-la!

ESPERAR QUE AS COISAS ACONTEÇAM OU TER DE SEMPRE SER LEMBRADA DAS RESPONSABILIDADES SÃO ATITUDES QUE DIFICULTAM O PROCESSO. AFINAL, A MENINA JÁ SABE AS SUAS OBRIGAÇÕES, ENTÃO ESTAS BRIGAS DIÁRIAS PODEM AJUDAR OS PAIS A ACHAREM QUE A FILHA NÃO ESTÁ PRONTA PRA TER MAIS LIBERDADE."

PRECISAMOS CONVERSAR

Assim como você está crescendo, seus pais também estão em um processo de crescimento. Afinal, precisam se acostumar que a garotinha deles não é mais uma criança que precisa de ajuda pra amarrar o tênis – e nem sempre isso é fácil. É um novo contexto, uma nova realidade. Eles também têm suas dúvidas, do tipo: “Pra que mundo estou entregando minha filha? Será que ela está preparada?”

“A adolescência é uma fase de pedido de aceitação para o mundo. Os pais precisam entender isso”, diz o psicólogo clínico João Alexandre Borba. Por outro lado, lembra o especialista, é bom que você também compreenda que este processo de adaptação dos seus pais à nova realidade é algo normal. “Entenda que, há até pouco tempo, você era um ser sob controle dos seus pais. Isso não pode ser quebrado de uma maneira tão brusca”, diz o especialista. Se você conseguir aceitar que essa reação deles é normal, já é meio caminho andado para conseguir dialogar de boa sobre a sua independência. “A liberdade deve ser conquistada aos poucos. É uma conquista diária, não é só questão de deixar ou não fazer algo. É preciso ter

segurança dos dois lados: os pais estejam seguros da maneira como educam sua filha e a filha deve ter sempre em mente os valores que norteiam a sua formação”, conta Clarice. “Mostrar-se coerente, isto é, fazer aquilo que foi combinado, comportar-se de maneira adequada e respeitosa são passos fundamentais para grandes avanços”, completa. Portanto, não adianta só prometer chegar no horário combinado ou ligar assim que sair de algum lugar, por exemplo. É preciso cumprir para que eles passem a vê-la como uma pessoa responsável, que sabe seguir as regras e que, portanto, merece confiança para ganhar mais independência. **“Se estiver conseguindo corresponder, outras etapas e outros desafios aparecerão. Quanto melhor se sair de uma situação, mais preparada estará pra próxima etapa. Sinceridade e transparência são sempre fundamentais”,** diz Clarice. Mas o diálogo também é importantíssimo! “O ideal é sentar e conversar, falar das suas vontades de viajar, de ficar até mais tarde com sua turma... Falar por que aquilo é importante para você”, sugere João Alexandre.



A GRANDE CONQUISTA

Cada família funciona de um jeito. Se a mãe da BFF é de boa e a sua, nem tanto, o jeito é aceitar e se empenhar mais na sua conquista.

1

Comece pelo mais viável para seus pais. “Por exemplo, se é tranquilo ir ao cinema com amigas e difícil ir a uma balada, aceite começar pelo cinema, e assim ir progredindo nas variações de programas e grupos”, sugere Clarice.

2

Mostre que você confia nos seus pais também, pedindo opinião sobre suas ideias, contando como foi seu dia. Eles vão ver que você não é do tipo que esconde as coisas e que quer se conectar com eles.

3

Se a mãe da BFF é mais sossegada, você pode mostrar, sutilmente, como funciona com ela. Mas nada de ficar comparando a sua família com a dela! O negócio é falar como funciona lá e não apontar o dedo para seus pais.

4

Mandar bem nos estudos também é uma maneira de mostrar que você sabe cumprir com as suas obrigações. Então, use a sua tão sonhada independência como uma motivação para ir bem nas provas!

SOS ATRÉ

NOSSAS LEITORAS MANDARAM DÚVIDAS SOBRE INDEPENDÊNCIA E RESPONDEMOS TODAS AQUI!

“Quero namorar, mas meus pais não deixam. O que fazer?” A.V., 15 anos

Escondido é roubada, porque vai ficar com medo que seus pais descubram. E, se descobrirem, pode ser difícil conseguir abertura para ter independência. Por isso, é importante que eles saibam quem é a pessoa que você quer namorar, de onde é, como é a família... Segundo o psicólogo João Alexandre Borba, é legal marcar um momento para ter uma conversa séria com seus pais. “Fale dos seus sentimentos, comente que gostaria de namorar e pergunte o que eles acham disso. Se mostrarem resistência, pergunte qual é o receio deles e como trazer segurança”, diz o especialista.

“Quero ganhar meu dinheiro, mas não tenho autorização para trabalhar. O que posso fazer?” F.C., 16 anos

Dá pra ganhar uma grana extra dentro da família. Já pensou em ensinar a usar o computador, fazer apresentações, para ajudar tios, avós ou outro parente? Quem sabe, conversando, dá pra fazer algo cobrando um preço simbólico. Outra ideia é vender algo que você não use mais. E trabalhos manuais? Dá pra aprender muita coisa no YouTube. Converse com seus pais.

“Quero sair sozinha e não posso. Como faço?” S.L.P., 14 anos

Tudo tem seu tempo. “Por que não pode sair sozinha? Pisou na bola da última vez? Daí é preciso conversar e estabelecer novas regras. Seus pais acham que não chegou o momento? Vá mostrando a eles que já pode dar conta do recado”, aconselha Clarice.

“Quero viajar com minha amiga, mas meus pais não deixam. O que faço?”

K.E., 15 anos

Seus pais podem estar inseguros porque não conhecem bem a sua amiga ou a família dela. Você pode dar todos os detalhes da viagem. Coloque seus pais em contato com os adultos envolvidos. Também vale se abrir para eles, dizendo por que quer viajar, qual a importância dessa viagem para você... E lembre-se que a única coisa que seus pais querem é protegê-la!

★ VOCÊ SABE SER INDEPENDENTE?

1 Seus pais têm de mandar você arrumar as suas coisas, como quarto, por exemplo?

- A.** Não, porque você sabe que tem de arrumar, então, faz de boa.
- B.** À vezes, porque nem sempre está com vontade ou se lembra.
- C.** Todos os dias, mas quando não tem a menor vontade, alguém arruma pra você.

2 Seus pais tiveram um imprevisto e, quando você chegar da escola, não terá almoço pronto. Então, você...

- A.** Prepara algo gostoso para si mesma ou vai até alguma padaria.
- B.** Come aquela pizza que sobrou do jantar ou o macarrão do almoço.
- C.** Fica com fome - e de mau humor! - até eles chegarem.

3 Que tipo de programa seus pais liberam?

- A.** Eles são tão sussa que você pode ir aonde quiser.
- B.** Não se importam se você quiser ir ao shopping ou cinema.
- C.** Só casa dos amigos, desde que eles saibam quem são. E shopping!

4 Quando sai para comprar suas roupas e sapatos...

- A.** Você é quem escolhe tudo.
- B.** Você pede opinião da sua mãe ou do seu pai antes de comprar.
- C.** Seus pais decidem o que fica legal ou não para a sua idade.

5 Você teve um problema com uma colega da escola. Como resolve a situação?

- A.** Tenta ao máximo resolver sozinha com ela. Se não funcionar, pede ajuda da coordenação.
- B.** Aciona seus pais se o problema estiver difícil de solucionar.
- C.** Pede ajuda dos seus pais, seja com conselhos, seja para interferir e resolver o problema pra você. ★

6 Usar transporte coletivo sozinha, pra você, é algo...

- A.** Normal, você sempre vai de um lado pro outro de ônibus ou metrô.
- B.** Conhecido. Às vezes, você vai para os lugares de transporte coletivo numa boa.
- C.** Do outro mundo! Seus pais a levam para onde quer que você precise ou queira ir.

RESULTADO [CONTE 2 PONTOS PARA A, 1 PONTO PARA B E 0 PARA C.]

DE 0 A 3 PONTOS

Superdependente. Você depende muito dos seus pais. Se esta for uma situação ok pra você, está tudo certo. Mas se anda sonhando em ter um pouco mais de liberdade, é hora de começar a pensar se não são suas atitudes que fazem de eles a tratem como criança. Antes de culpá-los, vale a pena observar seus próprios atos e mudar o que for preciso. Boa sorte! ★

DE 4 A 8 PONTOS

Chegando lá! Você não tem total independência, mas está conquistando sua liberdade. Mas na adolescência a gente escuta que é velha pra algumas coisas e nova para outras. Então, normal que não tenha a independência de um adulto. Mas se quiser conseguir mais espaço, continue mostrando aos seus pais que eles podem confiar em você sempre.

DE 9 A 12 PONTOS

Dona do nariz. Você já conquistou a liberdade que tanto queria! Seja porque seus pais são desencanados, seja porque você já demonstrou que é responsável, o fato é que você parece ser uma garota muito independente. Mas lembre-se que tem horas que só os adultos podem solucionar alguns perrengues, não tenha medo de pedir ajuda! ★

