

2025

Dialogar é promover
a confiança.

Promover o diálogo
em família é sempre
a melhor opção para
construir um
ambiente de
confiança entre pais,
mães e filh@s.

PAREN TALIDADE



Confiança

Diálogo

Atualmente, as conversas sobre temas sensíveis já não são tabus, aprendem-se na internet, ouvem-se nos podcasts. Os temas estão todos à vista e isso não é necessariamente mau desde que se expliquem e desmistifiquem conceitos.

Não dramatizar e construir um ambiente securizante, de cumplicidade e respeito pelo espaço e intimidade de cada um, proporcionando a vontade de diálogos fluidos e claros, livres de pré-conceitos e de críticas, inequívocos e sem tabus, é o desejável. Falar sobre vários temas - sexualidade, namoro, relacionamentos, identidade de género, igualdade entre homens e mulheres e outros, é importante para consolidar conceitos.



Esta disponibilidade de pais, mães e filh@s é essencial para adensar a cumplicidade, a confiança, o conhecimento e o respeito pela opinião de tod@s.

A família entenderá que pelo facto de não haver perguntas por parte do/a adolescente, não significa a inexistência de dúvidas, mas antes a timidez, a pouca ou muita importância que dá ao tema, a sensação de já se saber tudo, o medo de questionar ou não saber como fazer.



Informação

Emoção



“Uma mente esclarecida é uma mente confiante.”



“O respeito pela privacidade é bidirecional.”

Prestar ao/à adolescente informações claras e cientificamente corretas é torná-lo/a responsável pelo conhecimento.

É desejável que a família seja sensível aos problemas e ao sofrimento emocional d@ adolescente, que consiga dialogar sobre sentimentos, uma vez que esta é a fase em que se desperta para a sexualidade e se têm as primeiras experiências amorosas.

Alertar o/a adolescente sobre a impulsividade no namoro, o respeito pelas outras pessoas, as doenças sexualmente transmissíveis, as formas de as prevenir, a gravidez indesejada e os vários meios contraceptivos, os abusos, os vícios e as dependências é dar-lhe a oportunidade de ser mais confiante.

As decisões tomadas de forma inconsciente ou impulsiva podem ter consequências significativamente prejudiciais para a sua saúde e para a sua vida.

A família consciente e responsável encontrará a sensibilidade necessária para abordar estes assuntos, com calma, sem pressas e sem forçar diálogos. Os adolescentes precisam saber que as mães e pais estão disponíveis para conversar, as vezes que forem necessárias, até não existirem duvidas, sempre respeitando a individualidade, o espaço e a intimidade de cada um e os limites pela privacidade de todos.

Abre-se, assim, uma janela de oportunidade para uma maior e melhor comunicação em família.



MATOSINHOSJOVEM.PT

FB | IG | LINKTR.EE - @MATOSINHOSJOVEM