

Será que meu filho precisa de psicoterapia?

Essa pergunta pode estar preocupando alguns pais e se fazem oportunos alguns esclarecimentos para entender qual a função da terapia e as demandas para buscar essa ajuda especializada.

Os pais percebem alguma dificuldade em seus filhos ou foram alertados pela escola, amigos ou médicos, de que algo diferente vem ocorrendo. Cinco perguntas podem ajudar nesse momento:

1. **Duração:** Há quanto tempo esse problema persiste?
2. **Compreensão:** O quanto entendemos o que está acontecendo?
3. **Tentativas e resultados:** O que já foi feito para superar e quanto tempo durou a melhora?
4. **Consequências:** Esse problema afeta a vida escolar, social, afetiva e familiar de meu filho? Quais seriam as consequências em médio e longo prazo?
5. **Delimitação:** O problema ocorre sozinho ou acompanhado de outros menores? Ocorre apenas em casa ou outros lugares? Refletir sobre essas perguntas poderá ajudar a responder o título deste artigo.

A professora da Universidade Estadual de Londrina, Fátima Conte, alerta para algumas queixas para que os pais devem ficar atentos em relação aos filhos. Tipos de queixas:

- Comportamento de oposição aos pais, às suas ordens aos pedidos (podendo a criança ser clara ou disfarçadamente opositora);
- Agressividade intensa e frequente;
- Dependência e apego excessivo;
- Timidez excessiva;
- Ansiedade excessiva;
- Dificuldades de aprendizagem e adaptação escolar;
- Dificuldades em expressão de sentimentos, necessidades e de tudo o

mais que acontece em seu “mundinho” pessoal;

- Comportamento impróprio para a idade (mais infantilizado ou adulto demais);
- Comportamento impróprio para o sexo;
- Ausência de habilidades relacionadas ao desenvolvimento (de fala, de alimentação, dificuldades de controle de esfíncteres - xixi e cocô- e distúrbios do sono).

Ao responder a estas perguntas, você poderá verificar o quanto é necessário procurar a avaliação de um profissional de sua confiança, mas nem sempre a criança com tais comportamentos precisa de psicoterapia. Pode ser necessária apenas uma orientação familiar. Contudo, mesmo quando seu filho for encaminhado para psicoterapia, nada de se imaginarem como péssimos pais, ou tendo um filho(a) de alguma forma "anormal", ou ainda pensar que a psicoterapia deverá durar para sempre. Na verdade, a maioria dos "clientezinhos" e suas famílias acabam solucionando suas dificuldades, descobrindo muitos recursos positivos que têm, desenvolvendo muitos outros, tornando-se mais seguros e capazes de lidar com mais tranquilidade com suas vidas.

Procurar um psicólogo pode prevenir o desenvolvimento de uma patologia mais grave. Aprender estratégias de habilidade social pode ajudar um adolescente a enfrentar o medo de falar em público ou se aproximar de alguém que esteja gostando. O processo terapêutico pode ajudar não só a criança ou adolescente, mas toda a família no equilíbrio de suas relações. De verdade, a pergunta só poderá ser respondida com a ajuda de um psicólogo, mas, com base nos critérios apresentados, os pais poderão refletir e perceber melhor os seus filhos.

Psicóloga Escolar: Psi Msc. Ana Sylvia Colino

Belém, junho/2017