

A Fase da Adolescência



Termo adolescência vem do verbo latino *adolescere*, que significa, cresce até a maturidade. Usamos essa palavra para designar o período de mudanças que vai dos 10 anos até a maturidade.

Podemos dividir esse período de desenvolvimento em 4 fases :

- * Pré-adolescência - dos 10 aos 12 anos ;
- * Adolescência inicial - dos 13 aos 15 anos ;
- * Adolescência média - dos 16 aos 18 anos ;
- * Última adolescência - dos 18 aos 21 anos.

cada fase é caracterizada por certas alterações do organismo e mudanças na personalidade em geral, como os desejos, as necessidades, os interesses, os hábitos...

Já o termo puberdade é empregado para designar o período da adolescência em que ocorre o amadurecimento das glândulas reprodutoras, que é acompanhado do desenvolvimento de certos órgãos, aparecimento de pêlos nas axilas e em torno dos órgãos sexuais, e de outras modificações, que vão, em média, dos 11 aos 13 anos nas meninas e dos 12 aos 14 anos nos meninos.

Enquanto os filhos são crianças, os pais se preocupam quase que exclusivamente com as necessidades fisiológicas deles e estes não têm consciência do alcance dos atos dos adultos, na adolescência, os jovens têm consciência dos papéis que desempenham na família, na escola e na comunidade e julgam a conduta dos pais, professores , autoridades, amigos e outras pessoas, tomando uma posição e assumindo atitudes em relação aos acontecimentos e à forma como são aceitas suas idéias no grupo social em que se encontram. A adolescência é um período de mudanças na personalidade e o jovem não é mero espectador dessas mudanças, ele pode atuar sobre si mesmo, controlando suas explosões, aceitando os pais como eles são, abandonando certos vícios e reforçando certos hábitos importantes para a superação de muitos problemas e realização de muitas tarefas, como o de estudar o de refletir antes de agir, de respeitar as pessoas. Conhecendo-se, ele estará em melhores condições de compreender-se e viver assim, de maneira mais harmoniosa as suas relações. Muitas vezes, a interferência na vida dos jovens, principalmente por parte dos pais e professores, não é bem compreendida ou aceita, porém, é preciso que estejamos sempre abertos ao diálogo, a franqueza, ao amor e ao respeito mútuo.

Dimensões Existenciais Fundamentais na Etapa Juvenil

A adolescência é uma fase de profunda crise existencial. Daí a imprecisão e a instabilidade psicológica do jovem. A infância e a idade adulta, apesar da complexidade de sua maneira de ser, são fases evolutivas nitidamente diferenciadas, cuja característica pessoais são muito mais claras e precisas do que as, da adolescência. A característica própria do adolescente é , justamente, não haver estabelecido sua identidade . A raiz mais profunda de sua dificuldade em ser compreendido está na perplexidade com que se encontra diante de si mesmo.

1- Quem é o Adolescente?

A adolescência é uma transformação profunda que impõe ao jovem grandes exigências de adaptação, relacionadas com as novas funções biológicas, novas formas de relação interpessoal e novas responsabilidades familiares e sociais.

2- Quais São as Mudanças Biológicas do Adolescente?

Até o final da infância, a hipófise, glândula encarregada de regular a atividade de todas as demais glândulas do organismo, começa a estimular os testículos nos rapazes e os ovários nas garotas, com a

finalidade de pô-los em atividade; assim pode-se observar no pré-adolescente um aumento progressivo na circulação de hormônios sexuais, que passa despercebido no começo, até que sua concentração é suficiente para provocar mudanças próprias da puberdade, o que normalmente ocorre entre os doze e os dezesseis anos nas mulheres, e um pouco mais tarde nos homens.

A puberdade é a fase em que amadurecem os órgãos reprodutores do indivíduo; manifesta-se nos garotos com o crescimento gradativo dos testículos e do pênis, com a aparição de pêlos na regiões genital e nas axilas, com surgimento de bigode e de barba, com a mudança da voz e com a primeira ejaculação noturna, durante o sono. Apesar de não se conhecer com certeza o início da fertilidade, tudo parece indicar que os primeiros espermatozóides com capacidade de fecundar aparecem por volta dos quinze anos.

Nas meninas, o primeiro sinal da puberdade é o crescimento dos seios e o engrossamento do quadril; pouco depois aparecem os pêlos na região genital e nas axilas, aumentam e modificam-se as secreções vaginais, até que ocorre a primeira menstruação, um ou dois anos após o início deste processo, marcando com esse fato o começo dos ciclos menstruais.

Além das mudanças específicas em cada sexo, os homens e as mulheres adolescentes apresentam outras transformações crescimento assombroso do menino que começa a ganhar peso e de estatura com uma rapidez que deixa os pais admirados, quando eles descobrem que o zíper da calça não fecha e os botões estouram, que a calça comprada há pouco tempo não chega a cobrir a metade das pernas, e o comprimento da blusa não atinge o fim das costelas, a barra da saia fica muito longe dos joelhos e os pés não agüentam os sapatos quase novos. É natural que o ritmo acelerado de crescimento traga um aumento das necessidades nutricionais, e é por isso que o apetite dos adolescentes chega a ser voraz; assim o demonstram a rapidez com que devoram um prato de comida depois de outro, e a perplexidade das mães ao comprovar que o estoque de alimentos da família desaparece como por um passe de mágica.

Corpo também muda sua forma; as extremidades se desenvolvem até o ponto que a cabeça representa uma proporção menor da silhueta total no adulto; desaparece a redondeza do rosto, começa-se a perceber a estrutura óssea e os traços definitivos da face; a pele se faz mais grossa e pálida, aumenta o tamanho dos poros e aparece a gordura na cútis; o cabelo adquire mais pigmentos e resistência, os ossos ficam mais rijos e a dentição completa seu processo de formação com o aparecimento dos últimos molares, por volta dos dezoito anos idade.

As mudanças físicas do adolescente repercutem no seu estado de ânimo, porque, enquanto dura a transição, perde o semblante e as características da criança sem ter ainda adquirido as de adulto, e percebe sua própria imagem como um retrato borrado. Isso provoca no jovem um sentimento de insegurança que o conduz a cuidar, com especial atenção, de sua aparência física. Assim se explicam as horas que passa diante do espelho arrumando o cabelo, ensaiando novos penteados ou experimentando diferentes roupas, assim como a preocupação exagerada por fazer regimes e cuidar da pele.

Alguns problemas físicos como a obesidade e a acne são relativamente freqüentes entre os adolescentes; apesar de não serem graves, merecem especial atenção, pois acentuam neles o sentimento de insegurança e interferem negativamente em seu estado emocional.

3- Como é o Adolescente do Ponto de Vista Psicológico?

Comparável à evolução biológica aqui descrita é a transformação do adolescente no plano psicológico, que culmina no domínio das habilidades e destrezas necessárias para viver como um adulto autônomo e independente. Esta é uma fase da vida cheia de riquezas e conquistas importantes, mas também de dificuldades, porque a simultaneidade e a magnitude de tantas mudanças trazem uma desestabilização que comove, em certa medida, o jovem e a família. Para compreendê-la, farei uma descrição das características do adolescente no que diz respeito ao seu desenvolvimento intelectual e emocional e também ao seu processo de inserção na sociedade.

O Desenvolvimento Intelectual do Adolescente

Cérebro atinge seu processo de desenvolvimento durante a adolescência; por isso, nesta idade, o jovem começa a utilizar plenamente suas faculdades mentais e a exercer funções intelectuais que estavam fora do seu alcance poucos anos antes. Assim, por exemplo, adquire a capacidade de pensar o abstrato, ou seja, de refletir sobre os elementos que ultrapassam a realidade imediata e palpável; também pode tomar seu próprio pensamento como objeto de reflexão; considerar todas as possíveis combinações de elementos; analisar várias alternativas de solução para um mesmo problema; distinguir o falso do verdadeiro; confrontar as hipóteses com a realidade e atingir a máxima eficácia na aquisição e utilização de novos conhecimentos. Como resultado de sua identidade definitiva e adquire consciência de sua individualidade. Diferente da criança, cujos interesses estão dirigidos à descoberta do mundo exterior, o adolescente submerge nos seus próprios sentimentos, reflexões e vivências, tentando descobrir e consolidar o que o diferencia dos demais, isto é, o que paulatinamente, vai analisando e reconhecendo suas virtudes, habilidades e limitações, até chegar a aceitar-se tal como é, com os aspectos positivos e negativos da sua individualidade. Ao mesmo tempo, o pensamento abstrato abre para ele o horizonte da reflexão filosófica e o jovem enfrenta pela primeira vez dúvidas transcendentais, tais como: quem sou eu? Por que e para que existo? Por que nasci destes pais, nesta família e nestas circunstâncias? O que desejo fazer da minha própria vida?. Assim começa o processo de autodeterminação, que consiste em estabelecer um objetivo para a totalidade da sua existência e comprometer-se a atingi-lo; é um processo árduo e difícil, que põe em jogo todos os recursos mentais e emocionais do jovem na consideração de uma grande variedade de opções, no estabelecimento de critérios e prioridades para a tomada de decisões, na adoção de um sistema de valores e na formulação de um código ético; mais adiante, o processo acaba na definição da própria vocação, na eleição de uma profissão e na opção pessoal no campo da fé. O espírito crítico e a inconformidade com a realidade são características típicas do adolescente, que exercita suas habilidades mentais recém-adquiridas na análise e questionamento de tudo o que está a seu redor. Diferente da criança, o adolescente já não se conforma em saber como são as coisas, quer averiguar por que são assim e por que não são diferentes. Nada foge a seu olhar inquiridor; seus pais, sua família, sua escola, as instituições, os governantes e autoridades são um alvo permanente para seu juízo e censura. Isso explica a tendência dos jovens a assumir posições dogmáticas e radicais em matéria de política e a formular opiniões relacionadas com os problemas da humanidade.

No plano intelectual, o adolescente dedica-se a aplicar suas faculdades mentais à análise e ao questionamento do mundo que o rodeia; tentando abranger e resolver diversas perguntas ao mesmo tempo, acaba atrapalhando em suas próprias reflexões. Isso o leva a um estado de ambivalência; sente-se confuso, porém não tolera a confusão e defende-se dela com a formulação de respostas simples e taxativas às inquietudes que o perturbam. Assim se explica sua atitude vacilante entre duas tendências contraditórias: a de questionar tudo para exercer suas novas habilidades analíticas e a de procurar teorias, princípios e valores absolutos para ter vários pontos de referência que permitam a ele continuar suas explorações sem perder o rumo. Por achar-se a ponto de culminar o processo de emancipação intelectual, o adolescente exercita todas as funções mentais próprias do adulto, ainda necessitando, porém, do apoio de elementos absolutos, tal como a criança que já pode caminhar, porém não se atreve a soltar a mão de sua mãe.

A Situação Emocional do Adolescente

Por achar-se em um período de transformação acelerada e profunda, o adolescente experimenta uma comoção emocional que repercute em seu comportamento e com frequência acarreta situações difíceis tanto para ele como para sua família.

Vejam as principais:

O despertar para a homossexualidade. Como consequência do amadurecimento biológico e a circulação de hormônios sexuais no organismo, o adolescente experimenta um conjunto de sensações, pensamentos, fantasias e emoções referentes à atividade sexual e sente uma forte atração pelo sexo oposto, que conhecemos por despertar da homossexualidade. É importante ressaltar que este despertar não afeta unicamente os órgãos reprodutores, mas também se projeta ao pensamento e à vida sentimental dos jovens; além disso, durante a adolescência se manifestam as principais diferenças entre os sexos nos aspectos relativos às manifestações específicas da homossexualidade.

Assim, por exemplo, o rapaz sente-se fortemente inclinado às experiências físicas do sexo, pensa no nu feminino e experimenta sentimento de amor. Por isso o objetivo do desejo no homem pode ser qualquer mulher, mesmo que esteja enamorado de uma jovem em particular. Pelo contrário, a atração sexual na

mulher se manifesta em forma sentimental e se reflete em uma tendência ao romantismo, pelo que suas ilusões abrangem as manifestações de afeto, ternura e compreensão, e incluem também um lar e filhos. Além de tudo, seus desejos sexuais estão fortemente ligados ao sentimento e se dirigem à pessoa amada.

A inconseqüência na autovalorização. Por ser uma transformação acelerada e profunda, a adolescência desestabiliza o jovem, que já não se sente criança, sem sentir-se ainda adulto. Assim começa o processo de redefinição de sua própria imagem como conseqüência do processo em que a existente, durante a infância, perde nitidez e se torna nublada durante um tempo, enquanto se consolida a auto-imagem definitiva do adulto.

No plano emocional, esse processo dá lugar a sentimentos contraditórios que oscilam entre desanimado e sente-se incapaz de fazer o que tem de fazer, amanhã se considerar-se-á o mais importante, inteligente, hábil, valoroso e sábio de todos os habitantes do planeta. Esse sentimento flutuante entre os dois extremos é o que conhecemos como inconseqüência na autovalorização, e explica certos problemas relativamente comuns entre os jovens, como tendência à depressão, rebeldia, suscetibilidade excessiva e vulnerabilidade à crítica.

Vale a pena ressaltar que a rebeldia é uma conduta tão freqüente durante a adolescência que é considerada normal nesta fase do desenvolvimento. Isso se deve ao fato de, durante a época em que se vêem a si mesmos como uma fotografia desfocada, experimentam uma necessidade irresistível de afirmar sua própria identidade, porém como ainda não tem definida sua auto-imagem, só podem senti-la por meio da oposição. É como se dissessem : rebelo-me, logo existo, parafraseando o famoso princípio de descartes.

Certa tendência à oposição é saudável e necessária por ser um dos mecanismos que reafirmam a personalidade do jovem.

a ambivalência perante a emancipação. Segundo o dicionário, a palavra emancipação tem sua origem no verbo latino emancipare, que significa liberar a alguém da pátria potestade, da tutela, da servidão ou de qualquer tipo de dependência; neste caso, utilizamos a palavra para nos referir ao processo pelo qual o jovem se libera paulatinamente do controle de seus pais até alcançar a autonomia própria do adulto. Como resultado da inconseqüência na autovalorização, o adolescente tem também uma atitude vacilante diante da autonomia, conhecida como ambivalência ante a emancipação que se manifesta na presença simultânea de dois desejos opostos: o de ser livre e jogar fora a autoridade dos pais, e o fato de amparar-se totalmente à sombra protetora como a mais indefesa das crianças. Além disso, no mundo moderno, o adolescente se vê sujeito à influência de fatores externos que condicionam seu acesso à autonomia de formas muitas vezes contraditórias. Por um lado, o prolongamento da educação, da convivência com os pais e da dependência econômica adia, o momento em que pode cuidar-se por si mesmo; por outro lado, os adultos dizem a ele permanentemente que já não é mais uma criança e exigem dele um nível cada vez maior de responsabilidades. Desse modo, ambivalência perante a emancipação não afeta unicamente o jovem, mas também seus pais, que se sentem confusos e não sabem até que ponto e de que forma podem eliminar os limites e os controles disciplinares que com grande segurança impunham durante a infância.

A luta entre a independência e os obstáculos que se opõem a ela é fonte de angústia e de conflito para as famílias, porque conduz, com alguma freqüência, a uma polarização das pretensões dos pais e filhos e provoca enfrentamentos que fazem mais notória a rebeldia dos jovens.

Ó a introversão. Como resultado da orientação de seus interesses em direção a seu mundo interior, a criança tagarela e comunicativa deixa de ser assim para converter-se em um jovem calado, introvertido e em certa medida, misterioso, que se recolhe em si mesmo para explorar este novo mundo, fascinante e sedutor, das suas próprias emoções. Por essa razão, a adolescência é a época do diário, do segredo, da intimidade e do isolamento, como também da incompreensão e da ansiedade para os pais, quando enfrentam respostas tais como: "me deixa em paz", "isso é problema meu", "não se meta comigo", ou "sai daqui e me deixa em paz", que interpõem uma barreira entre eles e seus filhos.

Espírito crítico e a inconformidade com a realidade são traços característicos do adolescente, que exercita suas habilidades mentais recentemente adquiridas na análise e questionamento de tudo o que está a seu redor.

A tendência a sonhar acordado é um dos sinais mais evidentes da introversão do jovem e é também um dos comportamentos que mais angustiam seus pais, os quais se desesperam ao vê-lo perder tardes e mais tardes deitado na cama, sem fazer nada : "que você está esperando para fazer alguma coisa que preste ?", "você não enxerga que está jogando fora os melhores anos da sua vida ?", "deixa de ser preguiçoso!"... É importante ressaltar que certo grau de inatividade é necessário para realizar a exploração da própria intimidade e para adquirir a capacidade que permitirá mais adiante seu ingresso na sociedade. Quando o jovem sonha acordado, utiliza sua imaginação para poder ver-se atuando como adulto, realizando diversas atividades, exercendo diferentes profissões, superando todo tipo de problemas. Assim, exercita na sua mente o jeito de reagir diante das situações imaginadas, começa a identificar suas inclinações vocacionais, prevê as possíveis soluções para os problemas que enfrentará quando for adulto e se prepara para atuar como tal quando chegar o momento; além disso, usa seu pensamento abstrato na reflexão sobre sua própria vida e sobre a realidade que o cerca, o que constitui o primeiro passo na definição de suas aspirações e ideais. Por isso, a inatividade e a perda de tempo não são motivo de preocupação quando são moderadas; somente quando o jovem passa todo seu tempo, ou a maior parte dele, deitado na cama ou isolado em um canto, temos de prestar atenção, porque essa conduta pode ser um sintoma de depressão.

a instabilidade e agudização das emoções. O movimento oscilante entre estados de ânimo contraditórios repercute em todas as experiências afetivas do adolescente. Assim podemos explicar a mudança repentina entre sentimentos opostos, tais como : a euforia e a melancolia, o egoísmo e o altruísmo, a presunção e a timidez, a audácia e o temor, a piedade e a crueldade, a arrogância e a vergonha etc. Além disso, os sentimentos se manifestam com maior intensidade nessa etapa da vida; os jovens revelam certa tendência ao extremismo nas suas experiências emocionais. No amor, este é platônico ou arrebatador e irresistível; o enamorado ou a enamorada invade todo o coração e toma por completo a vida do jovem e sua ausência é uma tragédia que perturba o sono, acaba com o apetite, afeta o rendimento na escola e até pode acarretar doenças físicas. Se acontece uma briga, o amor transforma-se em ódio e em rancor tão intensos como o sentimento positivo. Quando o altruísmo e a solidariedade atingem o coração do jovem, ele é capaz de chegar ao mais heróico dos sacrifícios; quando reage com raiva, esta também é violenta e indomável.

Finalmente, e como consequência da comoção própria da sua idade, os adolescentes têm maneiras de reagir que não guardam proporção com o estímulo que os provoca. Assim se explicam muitas situações discordantes, como aquelas em que uma piada bem intencionada provoca uma cena de raiva incontrolável, ou o mais simples dos reclamos origina um mar de lágrimas.

A ambivalência, isto é, o movimento oscilatório entre duas tendências contraditórias, é talvez o sentimento fundamental do adolescente, porque nele convivem, ao mesmo tempo, a criança e o adulto, com todos seus desejos, condutas e inclinações misturadas. Daí esse comportamento imprevisível que tanto desconcerta, as mudanças repentinas do seu estado de ânimo, o entusiasmo e a melancolia, o mau caráter, as respostas violentas, as crises de choro, as cenas de raiva, e até as notas ruins. Nossa capacidade para compreender os sentimentos dos filhos durante essa etapa de sua vida determina a possibilidade de oferecer a ele o afeto, o apoio e a orientação que possam ajudá-lo a superar as dificuldades próprias de sua idade. Também a condução adequada da nossa relação com ele aumenta a possibilidade de que sua adolescência transcorra sem grandes tropeços e chegue felizmente à formação de um adulto sadio e equilibrado.

4- A Sociabilização do Adolescente

Por sociabilização do adolescente entendemos o processo por meio do qual o adolescente aprende a relaciona-se com outras pessoas e a desenvolver-se em grupos cada vez maiores e complexos. É um processo que começa no nascimento, quando o bebê se relaciona com sua mãe, e continua com a extensão gradual do seu vínculo à família inteira, aos amigos da sua rua, aos colegas e professores de sua escola, até que, ao chegar à adolescência, começa a tornar-se independente de seus pais para estabelecer contato com a sociedade no seu mais amplo sentido, preparando-se para atuar nela como um adulto autônomo e independente.

A sociabilização do adolescente é uma experiência comparável a saltar de um trampolim a outro, pois abrange uma ruptura e nova vinculação: ruptura porque pressupõe a emancipação dos pais, e nova

vinculação porque conduz à plena integração no mundo dos adultos. Como o acrobata que permanece alguns instantes suspenso no ar, o jovem passa, em transição à vida adulta, por uma etapa de insegurança porque se sente impelido a abandonar o ponto de partida sem ter ainda chegado ao seu destino. Vejamos os principais aspectos dessa transição: a mudança da relação com os pais, o estabelecimento de novas relações pessoais e a integração ao grupo de amigos. Vejamos os principais aspectos dessa transição: a mudança da relação com os pais, o estabelecimento de novas relações pessoais e a integração ao grupo de amigos.

Diferente da criança, o adolescente já não se conforma em saber como são as coisas. Ele quer compreender por que são, como são e por que não são de outra forma.

5- Emancipar-se dos Pais

Esta é a etapa da vida durante a qual se experimenta uma necessidade irresistível de rebelar-se contra a autoridade e procurar a independência. Por isso, a criança que há pouco tempo recebia sem questionar as repreensões de seus pais, obedecia seus preceitos e desfrutava de sua companhia, transforma-se de repente em um jovem insubordinado e respondão, que rechaça suas orientações, infringe suas normas disciplinares e prefere andar só ou com os amigos, a compartilhar com seus pais as atividades familiares. Assim começam os conflitos e as diferenças que tanto perturbam pais e filhos e que não são outra coisa além de um sadio processo de emancipação que está em marcha.

Trata-se, pois, de um processo que compreende dois elementos igualmente importante e complementares entre si : a emancipação do jovem e a modificação da função dos pais, muito especialmente no que diz respeito ao exercício da autoridade. A emancipação é uma tensão entre duas forças opostas, o controle dos pais e o desejo do filho para libertar-se dele, que desenvolve-se gradualmente até que desaparece quando o jovem alcança sua independência e sua autonomia na idade adulta. Na verdade, o processo não é tão harmonioso como parece insinuar a definição, pois se desenvolve em meio a dificuldades mais ou menos graves, segundo as características da família, já que os jovens costumam reclamar mais liberdade do que os pais estão dispostos a conceder; além disso, uns e outros sentem-se vacilantes ante as decisões que devem tomar, e os sentimentos de insegurança provocam reações emocionais que intensificam as crises. O certo é que as situações que se resolviam facilmente na infância são fontes de conflitos com os adolescentes, porque não é nada fácil harmonizar as aspirações de pais e filhos em relação à condução da autoridade e da independência. Ao mesmo tempo, a imagem dos pais e sua influência no comportamento dos filhos também muda, porque a relação vertical, baseada na autoridade, transforma-se gradativamente até converter-se em uma interação horizontal, alimentada pelo afeto, admiração e respeito; trata-se de uma mudança promovida pelo desejo de liberdade e originada em uma nova imagem mais humana dos pais e também mais acessível ao filho. Como parte integrante desse processo, o conceito idealizado que o filho tem dos pais nos seus primeiros anos transforma-se gradativamente, até chegar a conhecê-lo e aceitá-lo como são realmente, com suas capacidades e limitações, qualidades e defeitos. A relação afetiva também se adapta à nova imagem: o amor respeitoso da criança em relação aos seus superiores desaparece para dar lugar a sentimentos diferentes, porém não menos profundos e significativos, de afeto e respeito, baseados no reconhecimento dos seus valores reais e do que eles representam em sua natureza humana.

A redefinição da imagem e da relação com os pais está cheia de experiências desconcertantes e dolorosas, porque os jovens costumam realizá-la de forma brusca e implacável. Fazendo alarde da sua recém-adquirida capacidade crítica, vigiam seus pais com olhar inquiridor, sempre prontos a descobrir seus pontos fracos e a acusá-los sem piedade. Também o espírito crítico, somado à luta para obter uma maior liberdade, dá origem à vias-crucis dos conflitos, às desobediências e à rebeldia; daí surgem também os sentimentos de humilhação, vergonha, angústia, raiva, tristeza, confusão e perplexidade, que invadem os pais quando enfrentam os primeiros desafios de seus filhos.

Apesar disso, a humanização da imagem dos pais é necessária, pois permite a estes estabelecer um novo tipo de relação com os filhos e uma nova maneira de exercer a autoridade. Para sermos mais exatos, a autoridade vertical, definida como atributo para mandar e fazer-se obedecer, desaparece e dá lugar à autoridade moral, baseada na identificação dos filhos com os valores e virtudes de seus pais, e na capacidade que estes têm de influencia-los por meio do testemunho, do conselho, da opinião e do encorajamento. Assim, pois, a humanização dos pais exerce um efeito muito positivo, uma vez que coloca

ao alcance dos filhos seu exemplo e estimula-os a segui-lo; também essa nova autoridade permanece durante toda a vida, como acontece quando eles, já adultos, procuram seus pais para obter um conselho e se beneficiam dessa sabedoria que só chega com os cabelos brancos.

A ambivalência perante a emancipação não afeta unicamente o jovem, mas também seus pais, que se sentem confusos e não sabem como podem eliminar os limites e controles disciplinares que com grande segurança impunham durante a infância.

6- O Estabelecimento das Novas Relações Interpessoais

Ainda que a criança tenha amigos desde pequena, o sentido da amizade muda profundamente durante a adolescência porque, a partir desse momento, as relações interpessoais tem como base um compromisso afetivo. Com efeito, a amizade entre as crianças surge a partir de atividades em comum, como o jogo e o esporte, porém o importante na sua idade é a atividade em si e não as pessoas com as quais compartilham suas ações. Por isso a criança está satisfeita enquanto tem alguém com quem brincar, ainda que os integrantes do grupo mudem com muita frequência. Ao contrário, a amizade entre os adolescentes é uma relação pessoas específica com determinada pessoa e não com qualquer uma; ademais, é um laço afetivo que envolve os sentimentos positivos ou negativos segundo os eventos da relação, porém sempre intensos, como são o afeto, a melancolia e a solidariedade, ou a raiva, o ciúme, o ódio e a inveja. São três as características fundamentais da amizade entre os adolescentes, {as quais nos referiremos : a empatia, a intimidade e a solidariedade.

- **empatia.** Definida como a capacidade de situar-se no lugar do outro e de sentir-se como ele se sente, a empatia está sempre presente na amizade dos jovens porque o adolescente, envolvido em uma crise que o confunde e o desconcerta, enfrentando grandes desafios e invadido por sentimentos perturbadores, precisa relacionar-se com alguém que o escute, que o compreenda e que tenha simpatia por ele, e não existe melhor candidato idade com quem possa compartilhar suas inquietudes e sentimentos, sem risco de ser julgado ou rejeitado.
- **a intimidade.** A capacidade de compreender-se mutuamente e o laço afetivo característico da amizade entre os adolescentes faz dessa união uma relação íntima, exclusiva e particular-muito semelhante ao namoro- que une os jovens de um mesmo sexo em um princípio, tanto que adquirem suficiente confiança em si mesmos para estabelecer esse mesmo tipo de relação com uma pessoa do sexo oposto, no que se constitui o primeiro namoro verdadeiro. A comunicação entre os amigos íntimos é intensa porque a confiança que eles tem entre si é suficiente para compartilhar os segredos e abrir sem restrições o coração.
- **a solidariedade.** A empatia e a intimidade são atitudes mútuas, porque o jovem brinda-as ao tempo em que se beneficia delas; por isso, nos jovens nascem os sentimentos de altruísmo e solidariedade; eles estão especialmente dispostos a interessar-se pelos assuntos dos outros, desejam ajudá-los, identificam-se com os que sofrem e são capazes de sacrificar-se por eles. A lealdade também está sempre presente nas suas relações com o amigo e em geral é tão incondicional que eles preferem enfrentar uma experiência adversa para si mesmos para não se verem obrigados a delatá-lo.

Amigo íntimo desempenha um papel de extraordinária importância na formação do jovem porque lhe proporciona uma sensação de companhia nos momentos confusos e de desconcerto, que são muito frequentes nessa idade. Graças à possibilidade de compartilhar seus sentimentos com a pessoa que trilha o mesmo caminho, conta com a compreensão e o apoio de alguém que está tão confuso e desconcertado quanto ele, mas que sabe ao menos exatamente como ele se sente.

A comunicação com os pais geralmente sofre certas perturbações em consequência do processo de emancipação. Assim, enquanto o jovem suspira dizendo "não dá para falar com meu pai!", "não adianta falar porque ele não me compreende!", "não resolve falar com eles!", "se eu conto para eles ainda levo bronca!", "por que falar com eles?", Os pais põem as mãos na cabeça e perguntam: " quem entende esse moleque?", "como posso adivinhar o que ele quer ?". Nessa situações, o ouvido atento e receptivo de um amigo oferece-lhe a compreensão e a empatia que acredita não encontrar em seus pais nem em outras pessoas.

7- O Pertencer a um Grupo de Amigos

Grupo de companheiros também tem uma função muito importante durante a adolescência, pois proporciona ao jovem um círculo social reduzido e homogêneo, no qual se sente à vontade, reafirmando sua própria identidade, desenvolvendo suas habilidades de interação social e adquirindo o amadurecimento suficiente para integrar-se ao mundo dos adultos; também o círculo de amizades contribui para satisfazer três necessidades básicas do adolescente: definir sua própria identidade, pertencer a um meio social estruturado e emancipar-se da família.

- a definição da própria identidade. Como temos visto, a auto-imagem do adolescente se parece a uma fotografia sem foco, cujos traços não apresentam nitidez porque ele está em um processo de redefinição. Pois bem, o fato de pertencer a um grupo de companheiros coloca o jovem diante de uma espécie de espelho, que reflete as características comuns a todos e lhe permitem reconhecer pelo menos alguns elementos do seu próprio perfil. Assim começa a reelaborar progressivamente seu próprio retrato, identificando aos poucos os traços exclusivos e específicos da sua própria personalidade, num processo que dura vários anos.

Ainda que seja fato que todas as experiências do jovem, dentro e fora do círculo de amigos, intervêm no processo para reafirmar sua identidade definitiva, temos de reconhecer que interação com seus amigos, as conversas, os conflitos, as reações emocionais e todos os acontecimentos de sua relação com eles, oferecem-lhe diversas oportunidades para descobrir e consolidar aqueles atributos que o fazem uma pessoa única e diferente das demais. Por isso não vacilamos ao afirmar que o grupo de adolescentes proporciona ao jovem um apoio indispensável, já que ele se acha num processo de redefinição da sua identidade.

- o pertencer a um meio social estruturado. Lembrando o exemplo do salto de um trampolim a outro, compreendemos os sentimentos de solidão, temor e desorientação que inquietam os jovens quando deixam para trás o mundo das crianças sem ter alcançado ainda o dos adultos. Assim como o acrobata se sente mais confiante e seguro quando está preso a uma corda de segurança, o adolescente também precisa do apoio transitório de um meio social estruturado e a seu alcance, onde poderá desenvolver as habilidades necessárias para interagir com os adultos. Proporcionar esse apoio é, precisamente, a função do grupo de amigos.

Os grupos de adolescentes têm tantas características em comum que formam uma verdadeira cultura com seus costumes e normas de conduta, com seu linguajar, seu modo de vestir, com sua música e seus valores, com seus símbolos e regras de jogo. Pertencendo a um círculo de amigos, que por sua vez faz parte dessa cultura mais abrangente, o jovem sente-se vinculado a um meio social suficientemente amplo para exercer suas habilidades de interação com os demais e, ao mesmo tempo, suficientemente reduzido e homogêneo para sentir-se seguro de sua capacidade em lidar com ele. Isso explica por que uma das necessidades emocionais mais imediata do adolescente é sentir-se aceito pelo grupo de amigos.

- o apoio para emancipar-se da família. Como já foi visto, a emancipação gera tensão entre as pretensões opostas de pais e filhos; o grupo de amizades intervém de uma forma muito real no processo porque atrai o jovem e o apóia em seus esforços por opor-se aos controles familiares. Isso explica a obstinação com que resistem às pressões dos adultos e mantém o comportamento que os irritam, tais como: ter o cabelo comprido, as roupas desbotadas escutar música em volume muito alto.

É tão importante o apoio do grupo na emancipação do jovem que os pais os vêem dispostos a seguir cegamente os passos das amigos e temem ter perdido toda a sua autoridade. Nestas situações, os pais se sentem em um jogo de cabo em que puxam a corda a um lado enquanto filhos e amigos a puxam para outro, e no qual o troféu é a capacidade de influenciar o adolescente. Apesar de geralmente os pais sentirem-se impotentes e ficarem abatidos por acreditarem ter perdido o jogo, esta sensação é infundada, pois, quando o ambiente familiar é sadio e afetuoso, a autoridade não se perde, mas se transforma, convertendo-se em uma nova autoridade-horizantal-. O importante é compreender a situação e adaptar-se a ela, substituindo gradativamente o exercício da autoridade vertical pela capacidade de influenciar o jovem apenas pelo exemplo, pelo afeto e pelo conselho.

Porém, não podemos cair na ingenuidade de desconhecer a influência do grupo sobre o adolescente, porque seus amigos apóiam ou atrapalham a tarefa educativa dos pais segundo seu comportamento; se

eles adotam ideais nobres, estudam com entusiasmo, praticam esportes e levam uma vida sadia, ele fará o mesmo; quando a situação é inversa, o jovem corre o risco de imitar as condutas incorretas de seus amigos. Isso justifica a recomendação para que os pais conheçam muito bem as amizades de seus filhos, supervisionem-nas e mantenham um bom diálogo com suas famílias, para evitar assim as más companhias.

8- A Integração à Comunidade

A sociabilização do adolescente normalmente culmina com sua integração à comunidade, porque como resultado de seu amadurecimento, o egocentrismo da infância vai ficando para trás e dá lugar a novas atitudes de solidariedade, altruísmo e espírito de cooperação que o convertem em membro ativo e responsável da sociedade. Como parte deste processo e com o apoio da uma adequada orientação, o jovem descobre suas aptidões, inclinações e interesses particulares até encontrar sua vocação e escolher uma profissão, por meio da qual dará as contribuições pessoais ao progresso da sociedade.

O primeiro passo nesse processo consiste em terminar de retocar seu próprio retrato até uma auto-imagem nítida e bem definida. Devido à sua capacidade de refletir sobre si mesmo, o adolescente toma consciência de seus traços genéticos, aptidões e limitações, qualidades e defeitos; leva também em consideração suas circunstâncias familiares e pessoais, analisa os fatores que incidem em sua vida, avalia suas possibilidades e aceita-se como é, com os aspectos positivos e negativos.

Uma vez definida sua imagem, o jovem procura uma resposta à pergunta: "o que desejo fazer de minha vida?". Esta é sua primeira tentativa de achar um sentido para sua vida, entendido como a capacidade de estabelecer um objetivo para a totalidade da sua própria existência e comprometer-se a alcançá-lo. O que acontece é que o homem, por ser único, tem uma missão intransferível no contexto da criação e intui a possibilidade de ser o que só ele pode chegar a ser; por isso deseja distinguir-se dos demais e realizar-se no que tem de exclusivo e particular.

Mas adiante, à medida que se aproxima a idade adulta, tem a faculdade de orientar sua formação em uma direção voluntariamente determinada; isto é, por meio de sua razão e sua vontade, pode modificar o determinismo dos fatores hereditários, ambientais e educativos para atingir o objetivo de ser tal como ele deseja, devido a suas faculdades que o capacitam para vencer as circunstâncias adversas de sua vida e para aperfeiçoar ao máximo seus valores e aptidões. Assim o demonstram muitas vidas exemplares que, apesar de graves limitações e em meio a circunstâncias as mais desfavoráveis, têm atingido níveis inesperados de superação pessoal.

No plano da sociabilização, a adolescência marca a etapa em que o jovem solta a mão de seus pais para caminhar sozinho na vida. É uma etapa cheia de experiências enriquecedoras, apesar de todos os problemas, porque a tensão da emancipação, o encontro dos amigos íntimos, a influência do grupo de amigos e o contato do jovem com o mundo exterior perturbam sua relação com os pais, dando lugar a muitas incompreensões e conflitos.

Em certa medida, a condução da situação por parte dos pais determina a severidade dos conflitos, pois em geral os problemas são simples e momentâneos quando o jovem cresce cercado do afeto de seus pais, em um meio familiar sadio e com uma dose devidamente equilibrada de controle e liberdade. Porém o equilíbrio não é tão fácil de ser obtido, uma vez que é a decorrência de um conjunto de decisões tomadas diariamente e que se baseiam em critérios e em situações em permanente mudanças, devido à necessidade de adequá-las ao grau de amadurecimento do jovem.

Este, tal qual uma pipa, exige mais e mais vôo: entretanto, quem tem a responsabilidade de seu vôo; não pode permiti-lo de uma só vez, estando sempre alerta para puxar ou soltar a linha segundo o que observa a cada instante, e de acordo com a direção e intensidade do vento.

Somente quando tiver alcançado suficiente altura e estabilidade poderá ser solta toda a linha para deixá-lo voar à vontade. Como o dono da pipa, os pais se vêem obrigados a decidir todos os dias e muitas vezes por dia, de acordo com as características específicas de cada situação, se concedem ou exigem, se permitem ou proíbem, se ampliam ou restringem a liberdade de seu filho, até que este alcance o amadurecimento necessário para dirigir seu próprio destino.

9- As Necessidades do Adolescente

As principais necessidades do adolescente, cuja satisfação oportuna o distancia do perigo das drogas:

- O adolescente necessita sentir o amor de seus pais porque o calor de seu afeto nutre o sentimento de amor do filho, da mesma maneira que os alimentos nutrem seu organismo.
- O adolescente necessita de um lar aconchegante e estável; um ambiente seguro no qual possa abrigar-se, para restabelecer a calma de seus sentimentos perturbados pela crise
- O adolescente necessita de fé, de ideais e de um sistema de valores que lhe permitam encontrar e realizar algo que dê sentido para sua vida.
- O adolescente necessita também da orientação e apoio de seus pais para avaliar situações, tomar decisões, ser fiel às suas determinações, consolidar seu próprio sistema de valores e realizar seus ideais.
- O adolescente necessita ter um lugar com privacidade onde possa recolher-se para explorar seu mundo interior.
- O adolescente necessita de pais compreensivos, dispostos a escutar suas confidências, compreender seus sentimentos, perdoar suas falhas e ajudá-lo a corrigi-las.
- O adolescente necessita ter oportunidades para exercer sua liberdade; porém, também precisa de controle para estabelecer os limites que ainda não é capaz de fixar e respeitar por si mesmo.
- O adolescente tem necessidade de pertencer a um grupo de amigos sadios, alegres e entusiastas, com quem possa compartilhar as atividades comuns à idade e dar um salto para a vida adulta em um ambiente livre de vícios e de perigos.
- O adolescente necessita de momentos que lhe propiciem a canalização de suas energias trasbordantes no esporte e no lazer.

Desconcerto, confusão, angustia, perplexidade, indecisão, preocupação e insegurança são alguns dos sentimentos que invadem os pais quando percebem os primeiros sinais da adolescência sem seus filhos.

Falamos de crise da adolescência por ser esta uma fase do desenvolvimento que perturba e desestabiliza o jovem; porém, seus pais também entram em crise, pois repentinamente sentem-se inseguros de sua forma de reagir e sentem-se perdidos em uma verdadeira avalanche de perguntas, inquietudes, surpresas, decisões e situações imprevisíveis. É uma sensação comparável à de andar em um terreno movediço, depois de ter caminhado sobre pedras por um longo trajeto, isto é, agora não há lugar seguro, qualquer decisão constitui-se num risco, tudo é confuso, não se vê um rumo definido...

A crise afeta também a família pois perturba a harmonia nas relações e surge assim o conflito. Ficam para trás os anos de tranqüilidade e chega a hora em que o filho experimenta sua independência, prescindindo da companhia dos pais e opondo-se a suas decisões; chegam também os desenganos, as permissões preocupantes e as noites de insônia; até que finalmente surgem os enfrentamentos, as rejeições, as respostas desafiantes, as birras, o comportamento arreadio, os dias tensos e sombrios.

A gravidade desta crise oscila muito em função do temperamento do jovem e de seus pais, da qualidade da família e das características do meio social. Felizmente, são mais freqüentes os casos nos quais a adolescência transcorre sem maiores problemas porque as dificuldades do processo não chegam a ser graves; mas também há outros em que os conflitos rompem os vínculos afetivos e acarretam situações seriamente destrutivas e irreversíveis, uma das quais, precisamente, o tema que nos ocupa: a dependência das drogas.

Uma educação adequada do adolescente por parte dos pais reduz a severidade da crise e evita muitas de suas dificuldades.

Fehler! Es ist nicht möglich, durch die Bearbeitung von Feldfunktionen Objekte zu erstellen. **A adolescência é o período mais importante do que em qualquer outra fase da vida, é quando o adolescente forma convicções a respeito da sua identidade".**

Nesse período, o adolescente é influenciado por valores sociais, pela televisão que incentiva o consumo e a liberdade e apresenta mensagens ambíguas sobre moralidade e controle, etc. Esses fatores afetarão a formação de sua identidade.

A tecnologia veio facilitar a comunicação e assim um conjunto de novos elementos sociais como a

linguagem, a moda, o tipo de música, dança, os ídolos do cinema, da televisão, dos esportes, etc poderão contribuir para a formação do adolescente, denominada por Merval Rosa como sendo: "cultura adolescente".

Os adultos têm dificuldade em acompanhar o processo educativo do adolescente pelo viés das informações que estes adquirem pelos meios de comunicação. Isso os leva a uma má interpretação e incompreensão dos adolescentes, gerando ansiedades e conflitos.

"Em certas ocasiões, a única solução pode ser a de procurar o que Erikson (1981) chamou uma identidade negativa, baseada em identificações com figuras negativas mas reais. É preferível ser alguém perverso, indesejável, a não ser nada. Isto constitui uma das bases do problema das turmas de delinquentes, dos grupos de homossexuais, dos adeptos às drogas, etc. (...)

A conduta do adolescente tem coerência e lógica. Ele está lutando para estabelecer sua identidade e, para consegui-la, ele enfrenta muitas dificuldades e precisa elaborar verdadeiros processos de luto por situações infantis perdidas.

Ao deixar de ser criança, o jovem perde seu corpo infantil que não tinha as exigências sexuais do atual, perde também aqueles pais protetores que satisfaziam suas necessidades de criança, perde ainda sua identidade e papel infantil que representava para ele uma situação confortável de dependência e irresponsabilidade. Isso tudo é muito duro e sofrido para o adolescente; contudo, também o é para seus pais que vão ter que reconhecer que estão envelhecendo e mais perto da morte. Essa é, em geral, uma das razões pelas quais em nossa sociedade procura-se prolongar, de várias maneiras, o período adolescente.

Erikson (1976) afirma que a sociedade impõe ao jovem uma "moratória social", fazendo com que o período de preparo para a adultez seja cada vez mais ampliado.

Estar em conformidade com o meio significa para o jovem submeter-se e resignar-se, atitudes que ele não admite e que equivaleria a deixar de ser jovem. ANNA FREUD (1976) havia assinalado que devemos duvidar da saúde mental de um adolescente que se conduza como um adulto, segundo o critério conformista e estereotipado dos adultos. ERIKSON também considerava a chamada "adolescência adulta" um desvio. As pessoas devem ser capazes de viver e desfrutar sua própria idade com os altos e baixos da mesma, suas satisfações e pesares (ERIKSON, 1976).

Segundo MINAYO (1993), a década de 80 foi a chamada "década perdida", pois penalizou sobretudo os menores do país, destacando aí os adolescentes. A renda econômica concentrou-se ainda mais em grupos privilegiados, e a pobreza, em termos absolutos, aumentou em todas as regiões do território nacional, acentuando o problema social.

Neste contexto, são agravados diversos problemas sociais como a miséria, sub-moradia, doença, analfabetismo, desemprego, etc., colocando os adolescentes como principal alvo das "mazelas da sociedade capitalista", pelo descaso das autoridades competentes diante da situação.

Os adolescentes empobrecidos, passam então a disputar o mercado de trabalho.

Com isso a atividade escolar passa a segundo plano, isto quando a desenvolve.

Devido a conflitos familiares (separação dos cônjuges) em algumas situações, os adolescentes, ficam sem suporte emocional, sem perspectiva de uma condição de vida saudável, assumem para si a delinquência e conseqüentemente, a sua "marginalização".

Ameaças à convivência familiar e comunitária, também podem coloca-los numa situação de risco, pois sendo a família a célula mater da sociedade, fica claro que se a mesma vir a não ter suas necessidades atendidas, tal situação repercutirá negativamente no desenvolvimento do adolescente, até porque estes criam expectativas muitas vezes não alcançáveis.

O adolescente se encontra cada vez mais estigmatizado e esquecido, no meio de tantos. O país sofre com o problema da migração, surgindo deploráveis problemas políticos, sócio-econômicos, com o aumento da população tanto de imigrantes, como brasileira.

Para enfrentar isso, há um desenvolvimento extraordinariamente rápido dos meios de transportes, comunicação, tecnologia, etc..., e cada vez mais, o homem tem que disputar entre eles mesmos e com as máquinas, meios e formas de sobrevivência.

Em meio à essa luta, o núcleo familiar é o mais atingido, emergindo aí um dos fatores de risco aos adolescentes, pois quando não ficam abandonados em suas casas ou na rua esses também fazem parte integrante nessa luta pela sobrevivência, ficando vulnerável à outros inúmeros fatores de risco à sua vida.

Para os mesmos autores citados, "os fatores de riscos são elementos com grande probabilidade de desencadear ou associar-se ao desencadeamento de um determinado evento indesejado, ou maior chance de adoecer ou morrer".

Ao enfrentar esses eventos indesejáveis, eles poderão apresentar diversos comportamentos muitas vezes não aceitos pela sociedade, como sendo normal.

- * Distúrbios alimentares, desnutrição;
- * Violência na família, desagregação familiar;
- * Síndrome pós-trauma e pós perda;
- * Distúrbios afetivos e distúrbios de conduta;
- * Depressão e ansiedade;
- * Distúrbio de personalidade e de pensamento, idéias suicidas e homicidas; * Evasão escolar, distúrbio de aprendizagem;
- * Uso de drogas álcool e outras substâncias tóxicas;
- * Prostituição, incesto, abuso sexual;
- * Doenças sexualmente transmissíveis e AIDS;
- * Gestação precoce e não-protégida;
- * Abandono, maus tratos;
- * Trabalho inadequado com riscos de acidentes, poluição, sobrecargas de horários, etc...
- * Traumas , acidentes, violência física, extermínio, morte precoce."

As situações de risco às quais os adolescentes encontram-se geralmente expostos, são ao mesmo tempo, fatores de violências.

Finalização

Infelizmente, um futuro tão obscuro não deixa lugar para o otimismo, pois se o analisamos com realismo não vemos esperança e se a vemos, temos medo de ter perdido o contato com a realidade. No desejo de mudar a visão fatalista do problema para um enfoque objetivo, contando também com a esperança, temos lido e refletido muito, fixando nossa atenção nas possibilidades de atuar para preveni-la. Por sorte, encontramos abundante literatura sobre o tema, que assinala vários elementos comuns, identificados na maior parte das pesquisas, os quais podemos tomar como chave para abordar o problema. Por sorte, também, muitos desses elementos pertencem à realidade familiar dos jovens e, portanto, os pais têm a possibilidade de intervir neles.

Uma das conclusões fundamentais das nossas reflexões, a mesma que de numerosas publicações sobre o tema, é que a droga está no meio e o contato dos jovens com os agentes que a induzem é praticamente inevitável; por esta razão, a única prevenção eficaz é fortalecer sua personalidade e seu caráter, desenvolvendo neles valores, atitudes e habilidades que, como os anticorpos no organismo, permitam a eles se defender do perigo. Porém, o fortalecimento da personalidade não é suficiente para proteger o jovem da dependência, pois a imprecisão relacionada com a forma de enfrentar o perigo pode levá-lo a consumir drogas simplesmente porque a pressão perante uma situação inesperada impede que o jovem possa reagir de maneira adequada e oportuna. Por isso, é preciso, preparar o jovem a partir da infância.

Mas, infelizmente, a capacidade de reduzir os perigos da dependência às drogas não garante que possamos eliminá-los totalmente, e alguns jovens chegam ao vício apesar de terem recebido uma educação equilibrada e afetuosa. Assim, é preciso estar atento, pois, os pais, sim, podem atuar para proteger seu filho das drogas.

Bibliografia Sugerida

1. O que está acontecendo com o meu corpo ?- Lynda madaras e dane saavedra- especial para os meninos;
2. O que esta acontecendo com o meu corpo ?- Lynda madaras e dane saavedra- especial para as meninas; ed. Marco zero-sp
3. O adolescente por ele mesmo- Tânia zagury-ed.record-sp
4. Professores para que ?- George gusdorf-ed.moraes-sp
5. Orientação familiar- Maurício knobel-ed.papirus-sp
6. Texto também tirado da hp do prof. Freitas

NÃO DEIXE PARA DEPOIS O QUE VOCÊ DEVE FAZER JÁ...

"Reconhece-se o verdadeiro espírita pela sua transformação moral e pelos esforços que emprega para domar suas inclinações más." ESE, Cap. XVII - Sede Perfeitos