



## Férias, Pais e Filhos

### Criar e Reforçar Vínculos



Por Vera Faria Harry Leite  
Clínica for Happiness

Com a chegada do verão e do calor, chegam também as chamadas “Férias Grandes”. Período este tão esperado pelos mais novos e, portanto, vivido por crianças e jovens com muita alegria e expectativa. Nas “férias grandes”, os dias são maiores, há espaço para inúmeras brincadeiras e até para o tão aclamado “não fazer nada”. Já para os pais, este é, muitas vezes, um período preocupante e angustiante. Não conseguem ter cerca de 3 meses de férias, como os filhos, e, em alguns casos, deparam-se mesmo com a impossibilidade de férias ou de conciliar calendários. Contudo, o caminho tem de ser percorrido no sentido adulto-criança, cabe ao adulto a difícil tarefa de vencer obstáculos, contornar dificuldades e somar pontos (perante os filhos).

#### Planear para ter tempo

Como todos os adultos têm consciência de que o tempo é um tesouro, um dom, vale a pena avaliar como irá ele mesmo ser administrado. Escola, trabalho, deveres e muitas obrigações, que fazem com que os membros da família não passem juntos todo o tempo que gostariam. Se não convivemos com uma pessoa, dificilmente a conheceremos. O excesso de trabalho (em casa ou fora), somado à falta de uma programação racional e adequada às exigências da família reduzem, e muito, o tempo dedicado à convivência com os filhos.

Somos seres históricos, o nosso passado, as raízes, são tão importantes como o presente. Não basta, porém, o conhecimento oficial das pessoas que nos geraram. Queremos conhecê-las intimamente, o que exige a sua presença habitual junto de nós. Só o convívio habitual e, se possível diário, leva ao conhecimento íntimo das pessoas. Só assim é possível conversar, dar-se a conhecer, escutar, adivinhar e orientar os filhos. Por isso, há que aproveitar ocasiões como as férias para aproximar vínculos entre pais e filhos.

Certa vez, ouvi um famoso conferencista citar quatro faculdades do homem moderno: inteligência, vontade, memória e...agenda. Será necessário ordenarem o dia (férias) em atividades, prevendo e organizando a distribuição dos afazeres. É evidente que imprevistos sempre surgem, mas se não planear o que vai fazer, corre dois riscos: um, o de fazer render pouco o seu tempo; o outro, o de só fazer o que lhe agrada. Em ambas as situações, a falta de organização ou o egoísmo não lhe permitirão conseguir tempo para dispender com marido, esposa, filhos, família alargada, lazer, entre outros.

#### Partilhar para conhecer e aproximar

As férias podem não ter como fim apenas a diversão, mas podem também servir para que todas as famílias se foquem na sua planificação e execução. Desde o momento em que se decide o destino (sítio concreto) até lá chegar, todo o processo implicado serve para que o vínculo se reforce.

Ao auscultar se os filhos têm interesse por algum local ou se têm em mente algo que gostariam de fazer ou de conhecer, está a incentivar a partilha de interesses, permitindo um maior conhecimento entre pais e filhos.

Mas numa família em que há mais do que um filho, é possível que o filho menor queira ir a um parque de diversões e o filho maior queira visitar uma cidade; o ideal seria encontrar o local que conjugasse ambos. Caso não seja possível, podem ser os pais a escolher o local e, perante essa escolha, cada um dos filhos pode fazer o “esqueleto” da agenda, isto é, cada um pode indicar uma ou várias coisas que gostaria de fazer no local previamente escolhido pelos pais.

A não esquecer que os filhos maiores vão fazendo cada vez mais planos separados dos pais e próximos dos amigos. No entanto, sabe-se que o desenvolvimento mais rápido e a infância mais curta prejudicam a inteligência, ao contrário de a potenciar. O psicólogo Chatreau resume esta verdade numa frase lapidar: “O que é precoce é precário”. Cabe aos pais, primeiros e principais educadores, defender o tempo de brincar das crianças, comprovando que disciplina e brincadeira são compatíveis, como o são também o carinho e a firmeza, a alegria e a responsabilidade.

Por isso, e como a família existirá sempre, é necessário que todos os filhos participem nos planos de férias familiares que podem e devem ser tão apelativos como os planos com os amigos, uma vez que é fundamental que na planificação familiar exista sempre tempo para a aventura e a imaginação. A criatividade, uma das características da inteligência e da vontade do ser humano, anda abafada, sufocada pelo excesso de coisas prontas que nos são impostas pelo marketing do consumismo.

### **Memórias para criar laços**

É importante que os pais criem boas memórias, com tempo e espaço para rir, brincar, ser cúmplice dos filhos, independentemente da sua idade. Como lembra Herman Nohl, “o educador é o advogado dos interesses vitais da criança, em detrimento dos interesses do adulto”. Rever fotografias de família num determinado local fará com que renasçam pensamentos e emoções que sem dúvida reforçam vínculos familiares afetivos.

Não se pode dar aquilo que não se tem. E os filhos esperam que os pais percorram antes deles o caminho para depois acompanharem as suas pegadas. Pais que sabem para onde vão, por que vivem e como vivem, que sabem utilizar bem o próprio tempo, saberão também ensinar aos filhos o caminho.

### **Boas Férias!**

