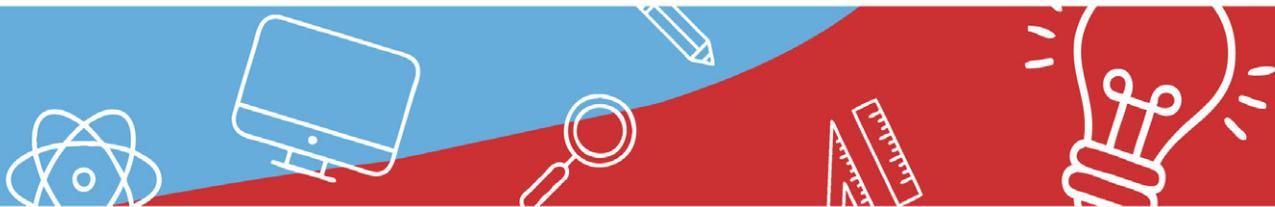


enem<sup>2021</sup>

# Tensão pré-Enem: apoio é fundamental

Especialistas dão dicas sobre o que fazer para ajudar os jovens, principalmente às vésperas das provas

» ANA MARIA POL

A época de preparação para o vestibular não é fácil para os estudantes e, para os pais, a ansiedade e a preocupação também não são nada tranquilizadoras. Nesse momento tão importante da vida, eles são os responsáveis por acompanhar de perto toda a trajetória e tentam auxiliar ao máximo os seus filhos no processo. Seja nos estudos, seja na escolha da carreira ou da universidade, o apoio da família é fundamental, e sua atitude pode fazer muita diferença para que os jovens se sintam mais confiantes para enfrentar o desafio.

De acordo com a psicóloga infantil e professora do Centro Universitário de Brasília (Ceub) Ciomara Schneider, o período de preparação para o Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) é delicado. Isso porque os estudantes já sofrem com a própria pressão, de colegas e dos pais. “Há uma expectativa, velada ou explícita, em relação ao desempenho do jovem para o ingresso no ensino superior, que, aliás, pode ter começado antes mesmo de ele nascer”, diz.

A psicóloga explica que o diálogo entre pais e filhos, durante esse período, é ainda mais importante para levar confiança ao jovem. “A comunicação entre pais e filhos é fundamental sempre, mais ainda nessa fase transitória, porém dura, que é a preparação para o ensino superior. Então, não deixe de aproveitar a

Minervino Júnior/CB/D.A./Press



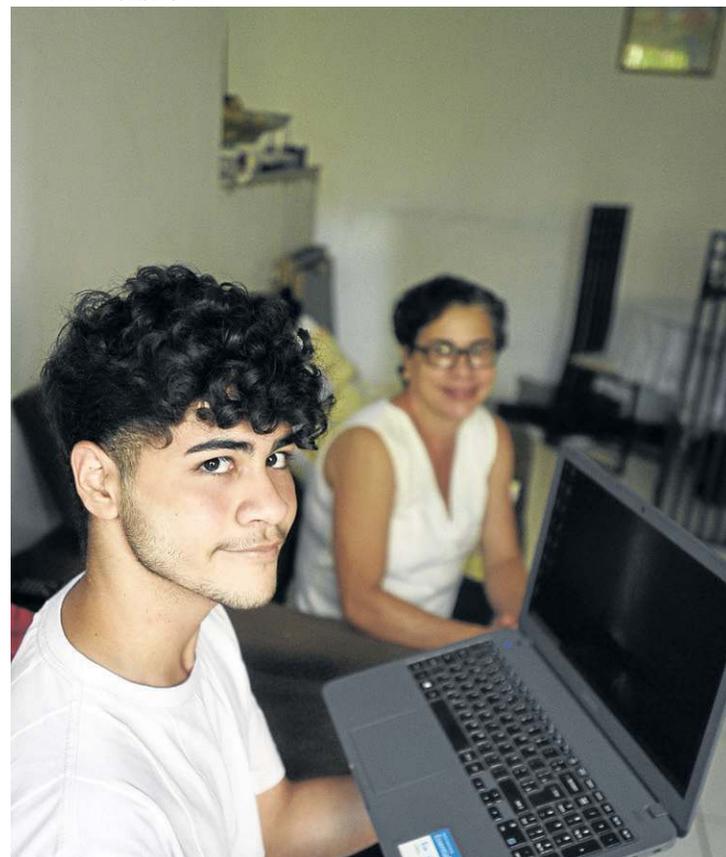
Isabela Cardoso se prepara para a prova do Enem com auxílio do pai, João Ricardo.

hora de dialogar com seu filho, lembrando que diálogo é uma interlocução entre dois, não é um sermão unilateral”, ressalta.

Para minimizar os efeitos negativos da pressão nos estudos, Ciomara diz que é preciso pensar, primeiramente, no que não se deve fazer: “Não atribuir uma motivação a um prêmio material,

como um presente ou algo parecido. Isso cria uma tensão que pode até mesmo prejudicar os processos de atenção, concentração, memória e retenção de conteúdo, dando ênfase a um hábito consumista”, diz. A comparação com outros estudantes não é benéfica. “Seja com irmão, primo, filho de amigo ou com a

Minervino Júnior/CB/D.A./Press



João Marcos Camargos, com sua mãe Elisabete, pretende conseguir uma bolsa para cursar gastronomia

própria experiência dos pais no passado.”

Ciomara diz que os pais não devem obrigar o jovem a fazer um cronograma de estudos a partir do que eles consideram correto para uma boa preparação. “Esse tempo é relativo, cada estudante tem um ritmo próprio”, pontua. Segundo a

professora, os responsáveis não devem, ainda, fazer comentários acerca do comportamento do estudante. “Não tecer comentários de que o jovem é preguiçoso, desligado ou desinteressado. Essas questões rebaixam a autoestima e a capacidade de se organizar para estudar de forma espontânea”.