

Lidar com a agressividade e a frustração dos filhos (I)

<http://www.publico.pt/sociedade/noticia/lidar-com-a-agressividade-e-a-frustracao-dos-filhos-i-1631138>

Catarina Rodrigues, 2014.abr.06



A partir dos 18 meses do seu bebé, muitos são os pais que se queixam de “birras” terríveis quando se diz “não” ao bebé, ou choro dilacerante quando se vai dar banho ou quando é para sair do banho ou é para vestir ou despir, etc., etc. É-vos familiar este cenário? Provavelmente, até esta altura, apesar de algumas manifestações veementes de vontade do vosso filho, tinham conseguido, sem grande “drama”, transformar a situação que desencadeava o seu “não” num “sim a dois”, puxando pela vossa criatividade e entusiasmo para incluir o vosso filho na decisão (estimulando-o para ir buscar os bonecos preferidos ou colocar a espuma na água).



Contudo, de repente, sem razão aparente, e sem que vocês tivessem mudado a vossa conduta, as palavras doces, o levar os brinquedos para o banho, deixar o bebé colocar o creme depois do banho em colaboração convosco, tudo isso deixou de funcionar... pelo menos, numa parte das vezes... e apareceram choro e gritos e levantar das mãos e bater dos pés, em que parece que nada funciona: nem palavras calmas; nem agarrar o bebé firmemente contra o peito e falar calmamente; nem falar em tom zangado, o que, aliás, parece até potenciar um choro mais forte; nem dizer com voz clara e firme: “Tens de te acalmar, é só ir para o banho, costumás gostar, a mãe vai levar os teus brinquedos como de costume”. Nada. Pelo menos, nada disto funciona de imediato nas primeiras vezes...

É natural que, num primeiro impacto, sobretudo se for um primeiro filho, se questionem sobre o que se está a passar, o que estão a fazer de menos bem, ou como hão-de lidar com tal agressividade que é projectada para vocês... e que também gera em vós zanga e frustração... e desespero. Mas, calma, nada que a paciência e a firmeza dos pais não consigam ajudar a criança a modular... e a crescer.

O modo como sinto, observo e entendo tais comportamentos leva-me a pensá-los como expressão da contrariedade e da zanga face à frustração. Ou seja, em palavras mais claras, como um: “Eu não quero e estou furioso por me estares a impedir de fazer o que eu estava a fazer para me levares para o banho... que, neste momento, eu detesto”. Noutras situações, a zanga aparece sem que se consiga perceber ao que está associada. A criança parece descontrolada aparentemente sem razão. Mas pode, por exemplo, estar mais sensível porque está doente ou iniciou a creche ou os pais andam tensos.

A família entrou numa nova etapa do desenvolvimento: lidar com a frustração e a agressividade! Palavras-chave: paciência e coerência.

Da óptica do bebé, levantar a mão aos pais, chorar e gritar desalmadamente, bater com os pés no chão são comportamentos que manifestam a zanga. Não são desautorizações face aos pais, nem um indício de perda de controlo destes sobre os filhos, nem que estes vão crescer como marginais que batem nos pais. Nesta etapa do desenvolvimento, são comportamentos espontâneos. Ninguém precisa ensinar uma criança a bater para que o comportamento de levantar a mão surja quando está mesmo zangada... e dirigido seja a quem for. É dessa forma que ela manifesta o quanto está furiosa e não quer aquela situação.

Tais comportamentos não devem realçados pelo adulto e base para uma leitura negativa da personalidade do filho (“És mau”) ou culpa e ameaça à continuidade do amor (“Se continuas a fazer isso, a mãe deixa de gostar de ti”). Afinal, é bom que saibamos expressar a zanga, mas temos de aprender como a modular. E isso aprende-se, primeiro, na família: «Não podes bater no pai e na mãe. Os pais ficam zangados contigo. Os pais também não te batem. Eu entendo que estejas zangado, mas tens mesmo de ir para o banho. Vamos procurar fazer isto o melhor possível os três, mas tens de ajudar os pais”.

Aprender a gerir a agressividade (emoção básica) é a nova etapa no amadurecimento da criança, que requer novas estratégias por parte de todos, que, com amor e paciência, vão descobrir.

Psicoterapeuta - catarina.nasc.rodrigues@gmail.com