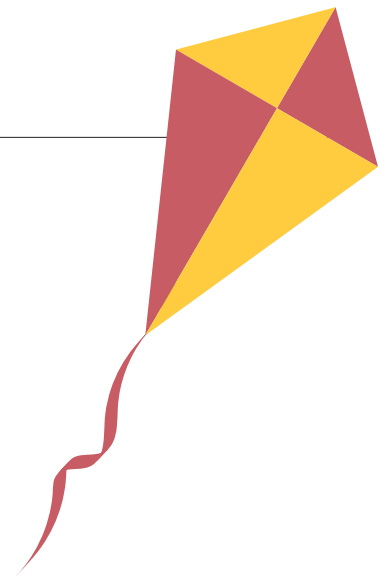
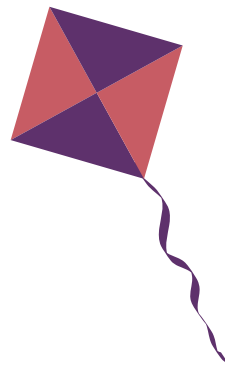
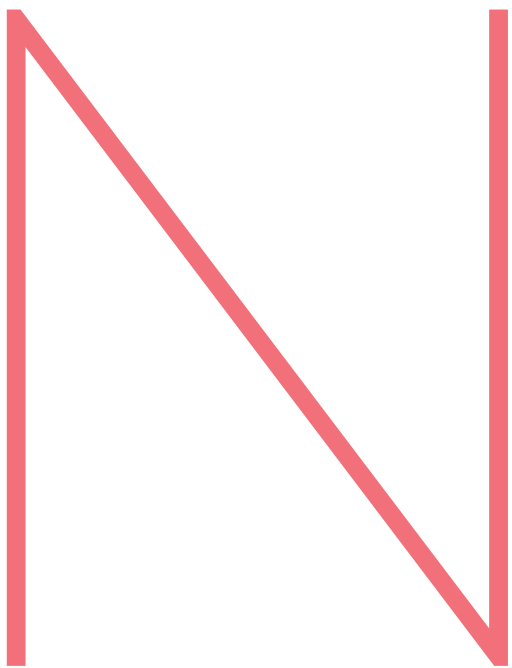




O filho ideal... para quem?

O mundo está cada vez mais competitivo. E na ânsia por ajudar a criança a ter um futuro promissor, pais, mães e toda a sociedade estão exagerando nas cobranças, a ponto de afetar o desenvolvimento emocional desta nova geração. Em livro recém-lançado nos Estados Unidos, a jornalista Jennifer B. Wallace debate o que está por trás disso e aponta um caminho do meio



No final de 2022, recebi uma ligação da escola. Meu filho, na época com 12 anos, havia sofrido uma crise de ansiedade no meio de uma prova de matemática. Como suas notas nessa disciplina estavam abaixo do esperado, com a melhor das intenções,

eu vinha, de fato, pegando no pé dele. Mesmo assim, fiquei sem entender. Por que aquele menino tranquilo, estudioso e comportado estava reagindo assim? E por que isso estava acontecendo justo comigo, uma mãe tão dedicada?

Mas como eu desconfiava, quando o assunto é maternidade, pecar pelo excesso nem sempre é o melhor. O que não é exatamente uma novidade para a ciência. Nos anos 1940, o famoso pediatra Donald Winnicott (1896-1971), pioneiro nos estudos sobre a relação mãe-bebê, cunhou o termo “mãe suficientemente boa”. A teoria, ainda popular entre pais, educadores e pediatras no mundo inteiro, sugere que a mãe pode e deve atender às necessidades do bebê. Sem buscar ser perfeita, porém, já que isso só causaria frustração – tanto para ela quanto, indiretamente, para o filho. De lá para cá, muita coisa mudou, e está mudando cada vez mais rápido. O ideal de perfeição não só cresceu, como também se estendeu às crianças.

Para garantir um futuro próspero, elas são pressionadas a alcançar

altas performances – na escola, nos esportes e na vida – desde cedo. Apesar de não ser o único motivo, especialistas acreditam que tamanha pressão está relacionada ao aumento de ansiedade, depressão e até mesmo suicídio entre os jovens. “O receio de não conseguir atender às expectativas dos pais, da escola e da sociedade faz com que a criança processe mentalmente a informação de que não é capaz. A emoção do medo acentuada pode gerar vários transtornos emocionais”, lembra a pedagoga e doutora em educação Elisa Possebon, professora do Centro de Educação da Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

O psicanalista e colunista da CRESCER Thiago Queiroz concorda. “Embora a nossa geração também tenha sido exigida, hoje em dia, essas idealizações são potencializadas



PARA FAVORECER A AUTOESTIMA DO SEU FILHO, CRIE MOMENTOS DE CONEXÃO. ASSIM ELE VAI ENTENDER QUE TODOS MERECEM ATENÇÃO

pelas redes sociais. Além de ir bem na escola, a criança também acha que tem de performar, empreender e ganhar dinheiro igual aos youtubers e coachs mirins que vemos por aí, tudo isso antes dos 10 anos”, reflete Queiroz, que também é autor de diversos livros sobre parentalidade. “E onde

você estava com essa idade? Correndo, brincando na areia, fazendo amigos, ou seja, o que de fato se deve esperar dela”, completa.

Por que insistimos que as crianças sejam excelentes em tudo o que fazem, mesmo sob o risco de prejudicar seu desenvolvimento? Para respon-

der a essa pergunta, a jornalista norte-americana Jennifer B. Wallace entrevistou 6 mil pais, além de diversos especialistas. O resultado foi publicado em *Never enough: when achievement culture becomes toxic – and what we can do about it* (“Nunca é o suficiente: quando a cultura de realização se torna tóxica – e o que podemos fazer a respeito”, em livre tradução), obra que recentemente ganhou destaque na lista de mais vendidos do jornal *New York Times*.

O problema vai bem além da conhecida projeção que os pais colocam sobre os filhos, de acordo com Jennifer. “Há muitos fatores, mas os que mais me chamaram a atenção foram as grandes transformações econômicas que estamos vivendo e como essas forças afetam nossa criação de filhos e nossos filhos. Como diz Tom Curran, da *London*

School of Economics, os pais estão se tornando ‘condutores sociais’, preparando seus filhos para um mundo hipercompetitivo, com grande desigualdade e menos redes de segurança social”, explica a autora, em entrevista exclusiva à CRESCER. “Esse estilo exacerbado de criar os filhos hoje não é apenas uma escolha pessoal; é uma resposta à desigualdade extrema, à classe média em declínio, à globalização e à competição feroz”, completa. Jennifer afirma – e nós assinamos embaixo – que não é uma questão de culpar os pais, e sim de ajudá-los a perceber que não estão sozinhos.

UMA NOVA VIDA, EM UM NOVO MUNDO

A psicóloga Juliana Corazza, 46 anos, já ouviu diversas histórias de conflitos entre a expectativa dos



O SEU FILHO É UM SER EM CONSTRUÇÃO E BUSCA A VALIDAÇÃO DA FAMÍLIA PARA COMPREENDER E TESTAR OS PRÓPRIOS LIMITES

pais e a realidade dos filhos em seu consultório. E, apesar da sua experiência profissional, confessa que foi difícil fugir desse estigma em casa. “Do meu filho mais velho, que é mais tranquilo em relação aos estudos, cobrava mais. Da mais nova, que costuma ficar apreensiva com as provas, cobrava menos. Aos poucos, com muita escuta da minha parte, eles foram me ensinando a respeitar

o ritmo de cada um”, conta a mãe de Giovanni, 18, e Pietra, 14.

Não existe nada de errado em querer que o seu filho ou a sua filha seja bem-sucedido, obviamente. Tudo o que imaginamos sobre e para o bebê, desde antes do nascimento, está relacionado ao quanto estamos dispostos a investir emocionalmente nesse novo ser. “Essa criança é construída a partir tanto da

história quanto dos desejos dos pais, o que, muitas vezes, inclui o que eles não puderam ser e ter. A começar pela escolha do nome”, diz a psicanalista Denise Feliciano, presidente do Núcleo de Estudos de Saúde Mental da Sociedade de Pediatria de São Paulo (SPSP). Existe um porém, segundo a especialista.

A família tem de compreender que nem sempre (ou quase nunca) o filho vai corresponder às expectativas. “Mas isso acontece em outras áreas da vida, não é mesmo? Com os amigos, o casamento, o trabalho... A dica é que pais e mães se mantenham abertos às possibilidades. E essa abertura tem de continuar ao longo do desenvolvimento da criança, claro”, resume Denise. Além disso, não custa lembrar: os filhos não são a extensão dos pais. “A sua trajetória diz respeito somente a

você. Já o seu filho é uma nova vida, em um novo mundo. Por isso, é ele quem vai criar a própria história”, acrescenta a psicóloga Cristina Borsari, coordenadora de psicologia do Sabará Hospital Infantil (SP).

Na teoria, é mais fácil. Na prática... Muitas vezes é difícil aceitar que os filhos têm características diferentes das que consideramos ideais. Pode ser que ele seja um bebê menos extrovertido do que você gostaria. Ou um aluno mediano na escola. Ou ainda, lá na frente, escolha uma profissão pouco promissora a seu ver. Seja como for, para evitar que o choque entre expectativa *versus* realidade prejudique o relacionamento entre vocês, os especialistas recomendam que os adultos busquem ajuda profissional tanto para compreender a origem de seus sentimentos quanto para aprender a lidar com eles.

ENSINE SEU FILHO QUE
A GENEROSIDADE É
TÃO IMPORTANTE
QUANTO O SUCESSO



“O QUE VOCÊ VAI SER QUANDO CRESCER?”

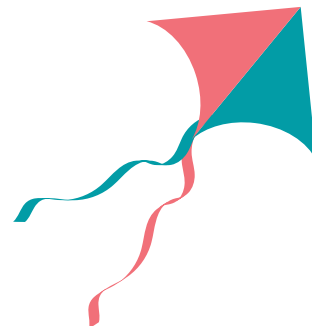
Por mais que as cobranças sejam cercadas de boas intenções, em excesso, elas podem comprometer o desenvolvimento emocional do seu filho, como já vimos. “Como é um ser em construção, a criança busca a validação dos pais o tempo todo, seja para compreender, seja para testar os próprios limites. A imposição de padrões inatingíveis, além de afetar a autoestima, vai gerar traços perfeccionistas. Ao crescer, ela pode se tornar alguém que quer estar sempre no controle de tudo”, alerta a psicóloga Cristina,

do Sabará Hospital Infantil (SP).

O psicanalista Thiago Queiroz chama ainda a atenção para o risco de a criança ficar “viciada” na aprovação alheia. Em outras palavras, com o tempo, passa a acreditar que seu valor está atrelado às suas conquistas. E, ao falhar, acredita que o perdeu. “Freud já dizia ‘como fica forte uma pessoa quando está segura de ser amada’. Essa noção começa em casa, com a família”, pontua.

Será que estamos exagerando? As estatísticas mostram que não. Uma delas, feita nos Estados Unidos, foi o pontapé inicial do livro de Jennifer B. Wallace. Em 2019, um levantamento

Um levantamento feito nos EUA mostrou que crianças de escolas de alto desempenho têm mais chances de sofrer problemas mentais do que a média



sobre equidade na saúde global das crianças e adolescentes norte-americanos adicionou aqueles que frequentam escolas consideradas de alto desempenho, tanto públicas quanto privadas, aos grupos de risco, ao lado de crianças que vivem na pobreza ou em lares provisórios, assim como os filhos de imigrantes recém-chegados e de pais encarcerados.

Publicado pelas Academias Nacionais de Ciências, Engenharia e Medicina (Nasen), órgão que atua como assessor de políticas públicas naquele país, o estudo mostrou que as crianças dessas escolas apresentam índices maiores de problemas mentais e de comportamento comparadas à média nacional. Embora não exista um dado semelhante no Brasil até o momento, muitos educadores observam tais evidências por aqui também. “A escola é o se-

Além das notas

DICAS PARA EVITAR QUE A AUTOESTIMA DO SEU FILHO SEJA BASEADA SOMENTE EM SUAS CONQUISTAS

ELOGIE O ESFORÇO, NÃO SÓ OS RESULTADOS: celebre o trabalho duro, a resiliência e o progresso. Isso o ajuda a entender que seu valor não está vinculado a um desempenho perfeito.

DESTAQUE A GENTILEZA: aponte quando ele é atencioso e prestativo com os outros. Assim, você vai mostrar que a generosidade é tão importante quanto o sucesso acadêmico ou esportivo.

CRIE OPORTUNIDADES DE CONEXÃO: deixe-o contribuir em decisões e tarefas domésticas para mostrar que todos têm algo valioso a oferecer.

FALE SOBRE SUCESSO, MAS COM MODERAÇÃO: quando as crianças veem que os adultos valorizam o equilíbrio e a alegria, não apenas a correria e a realização, sentem que têm permissão para fazer o mesmo.

gundo núcleo de referência na vida de uma criança. Se aí se mantém a exigência da perfeição e da alta performance, ela segue se sentindo incapaz e insuficiente”, ressalta a pedagoga Elisa Possebon, da UFPB.

Nesse cenário, precisamos repensar aquela frase “o que você vai ser quando crescer?”, que temos o hábito de perguntar aos pequenos. “É como se a criança não fosse nada, só vai ser ao se tornar adulta. Mas criança é criança, não é um vir a ser. E essa fase precisa ser vivida plenamente para que ela possa sentir o valor que já tem”, conclui Elisa.

CELEBRE A SUA CRIANÇA

Se não é legal cobrar demais, também não dá para cobrar de menos, é claro. Qual a medida certa, então? Não há uma fórmula mágica, mas basicamente consiste em entender

que o seu filho não precisa buscar excelência em tudo o que faz e celebrá-lo (isso mesmo) do jeito que ele é, com suas qualidades e defeitos. Muitos psicólogos, aliás, comparam a um luto essa experiência de desistir do ideal para aceitar o real – e garantem que, cedo ou tarde, todos os pais e mães vão passar por isso.

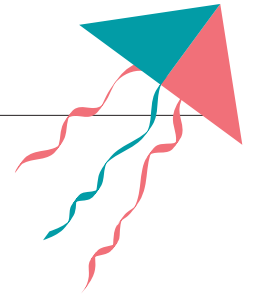
Para a mãe em tempo integral Joyce Dias, 32, aconteceu no dia em que o filho Isaac, 6, recebeu o diagnóstico de autismo três anos atrás. “A princípio, foi uma angústia. Como sou cristã, me apeguei a Deus. Um dia, enquanto eu chorava escondido na cozinha, senti que Ele falou comigo e perguntou ‘o que você mudaria no seu filho?’. Na hora, foi como se eu tivesse acordado. Meu filho é inteligente, alegre, divertido, carinhoso e saudável. Não precisa mudar nada. Nesse momento, comecei



ELOGIE O ESFORÇO, NÃO APENAS O RESULTADO. ASSIM ELE VAI ENTENDER QUE O SEU VALOR NÃO ESTÁ VINCULADO AO DESEMPENHO

o meu processo de aceitação”, re-
corda-se Joyce, que também é mãe
de Angelina, 3. Com grau moderado
de autismo e não verbal, conforme a
classificação utilizada nos EUA,
onde vive com a família, Isaac já
aprendeu a se comunicar com algu-
mas palavras. “Sair do lugar de vítima
e acolher meu filho do jeito que ele é
foi certamente o primeiro passo para
a sua evolução”, afirma.

E esse é o caminho. Afinal, a missão
dos adultos é ajudar a criança a cons-
truir sua própria trajetória. É o que
ressalta a professora Cláudia Maria da
Cruz, de Curitiba (PR), que hoje atua
como consultora educacional na rede
pública. “Uma relação horizontal, de
contribuição recíproca, com diálogo e
sem violência, é a melhor saída.
Quando colocamos a criança no
centro da educação, não estamos



retirando o adulto. Nós sempre sere-
mos a sua referência”, explica. Na
construção desse novo ser, claro, a
parceria entre família e escola é fun-
damental para uma criação mais em-
pática, sem limitar, e sim, integrar o
papel de cada um. O professor, afinal,
não está ali apenas para cobrar notas.

“Persiste ainda uma visão simplis-
ta de que a escola ensina e os pais
educam. Mas é impossível traçar um
limite. Em vez de se ater a essa dis-
cussão, escola e família precisam
entender que, paralelamente à
apropriação do conhecimento, deve
acontecer o desenvolvimento das
habilidades emocionais, porque
essas coisas não estão separadas na
cabeça da criança”, afirma Cláudia.

Um estudo publicado no *Journal of Youth and Adolescence*, em 2017, comprovou que vale a pena aliviar a pressão sobre as crianças para se con-

centrar no que de fato importa, ou seja, seu jeito de ser. Para chegar a essa conclusão, os cientistas perguntaram a mais de 500 alunos de escolas de alto desempenho nos EUA os valores que suas famílias priorizavam, incluindo três baseados em caráter (como generosidade) e três em conquistas (como entrar em uma boa faculdade). Aquelas cujos pais valorizavam tanto ou mais os valores relacionados à índole do que às realizações se saíram melhor na escola, tinham melhor saúde mental e quebravam menos regras.

“A lição? O que enfatizamos em
casa realmente afeta o bem-estar de
nossos filhos. Quando os pais mos-
tram que qualidades como gentileza
e respeito importam tanto quanto o
sucesso, as crianças têm mais proba-
bilidade de prosperar”, destaca Jenni-
fer. Lembre-se: entre o real e o ideal, existem mil possibilidades. ●