

Como ajudar as crianças a lidarem com um mundo difícil



O mundo é muitas vezes um lugar injusto e difícil e quando o é para nós adultos, para as crianças certamente também o são.

Lembre-mos que é a lidar com pessoas e situações difíceis que as crianças se tornam adultos maduros e independentes, desde que os ajudemos a perceber a razão dos seus receios.

No mundo dos adultos, ninguém poderá ser continuamente feliz, pois a vida é feita de adversidades onde vemo-nos obrigados a contorná-las e vencê-las, para podermos continuar.



O que na realidade queremos são miúdos que consigam lidar e viver com os muitos sentimentos que as circunstâncias da vida proporcionam, ensinando-lhes a dar a volta e continuar.

Ouçá-o primeiro, se lhe fizer perguntas, devolva-lhe a pergunta de forma a perceber o que se passa na sua cabecinha, ajude-o a resolver o seu problema e não seja você a resolvê-lo. Por fim não se esqueça a elogiá-lo e se o resultado não for o melhor, faça-o compreender que acredita

nele, que tem a certeza que para a próxima vai conseguir melhor. Não se esqueça de fixá-lo nos olhos com convicção, de sorrir ou de olhar seriamente de forma que perceba que está a ouvi-lo e a tentar percebê-lo.

Vejamos algumas formas típicas de comunicação que exemplificam várias formas de atitude possíveis:

Tratar com condescendência:



-Como correu o teu dia?

-Mal!!

- Pobrezinho...anda cá e conta-me!

- Temos um professor que avança muito depressa!

- Que aborrecido! Queres que te ajude a fazer o trabalho de casa depois do lanche?

- Deixei-o na escola

- Queres que eu telefone para a escola e fale com o professor?

-sei lá...

- Vê lá! Não quero a tua educação prejudicada

Pregar sermão



-Como correu o teu dia?

-Mal!!

- Tens mesmo de que te queixar...quem me dera passar o dia a aprender e ter um dia sem preocupações!

- Tenho um chato professor...

-Não quero que fales dos teus professores assim. Se tivesses com mais atenção, não tinhas

com que te preocupar! Achas que as coisas têm que ser todas servidas de bandeja?

-hum....



Desviar a atenção

-Como correu o teu dia?

-Mal!!

- Deixa-te disso...não pode ter corrido assim tão mal! Queres uma sanduíche?

- Obrigado. Estou preocupado com a aula de hoje...

- Está bem, pode ser que não sejas nenhum Einstein, mas nem eu nem a tua mãe o são. Liga a

televisão e não deixes que essas coisas te aborreçam!

-vá lá...

Possivelmente reparou que e qualquer uma destas conversas só o pai (ou mãe) falaram. A criança não teve oportunidade de explicar o seu verdadeiro problema. Os sentimentos da criança perdem-se pelo caminho e o “pai” resolve (ou pensa que resolve) o problema.

Vejamos o mesmo exemplo em atitude de escuta ativa:



-Como correu o teu dia?

-Mal!!

- vê-se mesmo que estás aborrecido

- O que foi que correu mal?

- Temos um professor que avança muito depressa!

- E tu estás com medo de não conseguir acompanhá-lo?

- Sim! Pedi-lhe que me explicasse uma parte da matéria e ele disse-me que eu devia estar com mais atenção

- Hum...e o que é que achaste disso?

- Fiquei furioso. Os outros miúdos fartaram-se de rir

- Então tu estás aborrecido por que te meteste em sarilhos por teres falado primeiro?

- Estou. Não gosto nada de ser repreendido na frente dos outros!

-E o que pensas fazer?

- Não sei, mas talvez possa perguntar-lhe novamente no fim da aula

-Achas que isso poderia dar resultado?

- Talvez... Pelo menos não me ia sentir envergonhado. Além disso, acho que ele também está um bocado nervoso connosco

- Achas que percebes o ponto de vista dele?

-Acho que sim

- Não admira: ensinar miúdos tão espertos!

-Pois!

Em certos casos, eles não querem a nossa ajuda, apenas o nosso apoio e nestes casos o pior que poderíamos fazer seria envolvermo-nos no assunto.

A capacidade de escuta ativa tem de ser praticada. Na Austrália é ensinada em cursos o que se chama "Parent Effectiveness Training".

Segundo Bidduph (2003), esta forma de conversação tem proporcionado um grande alívio a muitos pais. Não têm que manter o filho feliz para sempre, nem de ultrapassar as suas dificuldades em vez deles. Ouvindo-o ativamente podem ajudá-lo, embora deixando-lhe a responsabilidade e o prazer de resolver os seus próprios problemas. O seu problema é uma oportunidade de experiência de aprendizagem, se o privarmos disso, ele poderá mais tarde pagar com juros muito altos ao ponto de colocar em risco o seu bem-estar e o seu sucesso.

Se nos absolvermos de colocar um penso rápido cada vez que as crianças têm um "dói-dói", poderemos ajudá-los a ser cada vez mais autónomos na resolução dos seus pequenos problemas.

Bem hajam todos os pais e educadores!!

Vera Gouveia Pestana

Enfermeira especialista em Saúde Infantil Pediatria