

# Excesso de proteção faz mal ao seu filho

Boa parte das crianças e adolescentes brasileiros vive como dentro de uma bolha, protegida dos aspectos mais triviais da realidade. É preciso dar-lhes autonomia, porque o maior risco é criar uma geração despreparada para a existência

A preocupação com a segurança da prole é de ordem biológica: sem ela, nenhuma espécie animal conseguiria reproduzir-se e perpetuar-se. No âmbito humano, durante milhares de anos, os cuidados com as crias seguiram o padrão dos mamíferos em geral: eram interrompidos quando elas começavam a tornar-se capazes de alguma autodefesa e de ajudar seus pais na obtenção de comida. A preocupação atual com os filhos – e sua exacerbação, a superproteção, assunto desta reportagem – tem origem histórica bem definida. No Ocidente, a infância e a adolescência, tais como as conhecemos, são uma criação econômica e cultural do fim do século XVIII, período imediatamente posterior à Primeira Revolução Industrial na Europa. Até então, crianças e adolescentes, assim considerados em suas limitações e peculiaridades, existiam apenas nas classes mais abastadas, nas quais eram educados com esmero por serem herdeiros da fortuna da família e para que pudessem representá-la apropriadamente na idade adulta. Meninos e meninas até 14, 15 anos, oriundos dos extratos sociais mais baixos, eram tidos só como



"gente pequena" – e, portanto, sujeita a trabalhos tão pesados quanto o permitisse a sua força física. Com o avanço tecnológico, que resultou em máquinas que substituíram as atividades braçais e na necessidade de formar artesãos e operários qualificados para manusear equipamentos complexos e atender aos padrões de qualidade cada vez mais altos da indústria, o exército de crianças e jovens pobres passou a ser alvo de uma preocupação inédita: a de que crescessem saudáveis e pudessem, desse modo, ser adestrados para servir como a mão de obra requerida pelos novos tempos. Foi da vertente econômica que nasceram os conceitos de infância e adolescência – os quais, mais tarde, ganharam contornos mais delicados, complexos, graças às descobertas da pediatria, da psicologia e da pedagogia.

Com as crianças e os adolescentes, surgiu ainda uma rede de proteção tanto no plano jurídico como no familiar. Leis foram feitas para preservar o direito à integridade física e mental dos menores de idade (aliás, uma concepção originada daquelas de infância e adolescência), e pais e mães passaram a ser mais ciosos da

saúde e da educação de seus filhos. Não seria inapropriado dizer que o amor maternal e paternal, no plano mais geral, é fruto das mudanças provocadas pela Revolução Industrial. Ultrapassadas as portas do século XXI, o que aterroriza muitos pais é ver suas crianças e jovens atingidos por violências que, até os estertores do século XVIII, não fariam seus congêneres perder o sono – e que não assombram, para além da medida, a maior parte das famílias atuais. Ou seja, com a infância e a adolescência, não nasceram somente os pais responsáveis, mas também os pais assustados e, por consequência, superprotetores. "Eles podem ser tão prejudiciais para a formação emocional de seus filhos quanto pais negligentes", diz a psicóloga Ceres Alves de Araujo.

No Brasil, os superprotetores temem, sobretudo, o risco de sequestros, assaltos e acidentes e a oferta abundante e livre de álcool e drogas. Há, no entanto, um limite entre a preocupação aceitável e a excessiva, que pode fazer mais mal do que bem a uma criança ou adolescente. Quando a criança é pequena, é razoável ter medo de que ela se machuque no parquinho, mas é inaceitável um pai ou mãe que não a deixe brincar na casa de um amigo de escola, longe de sua vista. É compreensível ficar com o coração aflito nas primeiras vezes que o filho de 18 anos sai de carro sozinho – no entanto, trata-se de um exagero evidente negar a ele esse tipo de liberdade. Hoje, uma família de classe média pode erguer um muro em torno de seus filhos – incluído o não metafórico. Para tanto, os pais superprotetores valem-se de recursos tecnológicos, como o celular que permite monitorar as andanças da moçada, e da nova dinâmica familiar, mais aberta e propensa ao diálogo. Íntimos como nunca de seus filhos, eles se utilizam dessa proximidade de amigo justamente para controlá-los. E abandonam a parte mais difícil da paternidade, que é deixá-los seguir em frente. Tais pais "amigos" conhecem ou já identificaram no Orkut ou no Facebook cada um dos colegas do filho, e não veem problema nessa invasão de privacidade.

Aparentemente, um filho sob a vigilância irrestrita dos pais está mais seguro. Mas há um risco na vida sem riscos, o que inclui atender a todos os pedidos da criança ou do jovem. Pais que adotam para si e para seus filhos esse tipo de estratégia ignoram uma peça-chave do desenvolvimento humano: a autonomia. É aquela capacidade – e sensação poderosa – de fazer escolhas. E também de aceitar seus próprios limites e reconhecer que, não raro, as escolhas podem estar erradas. Num *artigo recente*, o psiquiatra americano Michael Jellinek, professor de Harvard e chefe da psiquiatria infantil do Hospital Geral de Massachusetts, escreveu que, do momento em que um bebê nasce até a hora em que ele entra na faculdade ou sai de casa, a questão central de sua existência é conquistar independência. Tirar isso de um filho pode ser uma viagem sem volta. "Vemos o tempo todo exemplos de crianças que finalmente quebram a bolha em que vivem e se transformam em adolescentes rebeldes além do aceitável, um atalho para que se tornem adultos frustrados", disse ele a VEJA.

Em geral, os pais superprotetores são inseguros e ansiosos. Temem que seus filhos deixem de amá-los, esforçam-se para não fracassar em sua educação e têm pavor de ser julgados por parentes e amigos. Tudo somado, excedem-se na ânsia de acertar sempre. "O exercício da paternidade passou a ser visto sob a ótica de um julgamento social, dos mais rígidos e seletivos", diz o psicólogo Luis Russo. "Assim como hoje se exige que as pessoas sejam bem-sucedidas, saudáveis e magras, é preciso ser um pai exemplar de um filho idem", afirma. Trata-se de um fenômeno bastante atual. Nos Estados Unidos, pais com esse perfil ganharam o nome de *helicopter parents*, ou "pais helicópteros". Eles pairam sobre a vida das suas crianças com enorme estardalhaço. O assunto foi tema de capa da revista americana *Time* em novembro passado. "Se o filho tira uma nota que os desaponta, vão direto à escola e exigem que ela seja mudada. Quando ele esquece um livro ou uma apostila em casa, correm para levá-lo à escola. Dessa forma, não permitem que ele sinta o constrangimento que serviria de alerta para que se lembrasse de tomar conta de sua vida", disse a VEJA a americana Hara Estroff Marano, editora da revista *Psychology Today*.

Atualmente, a escola é o único espaço em que boa parte das crianças e adolescentes tem, de fato, de assumir responsabilidades. Ao passarem pelos portões escolares, deixam o posto de príncipe ou princesinha da família para se tornar um entre tantos outros alunos. É um dos grandes pesadelos dos pais superprotetores: a exemplo do que ocorre na vida doméstica, eles exigem tratamento individualizado na escola. Sua interferência na rotina pedagógica é uma realidade que irrita professores e diretores. "Já recebemos ligações de pais indignados com uma discussão no pátio antes mesmo de os inspetores nos avisarem da briga", conta Vera Malato, coordenadora do departamento de orientação educacional do Colégio Bandeirantes, em São Paulo. Sim, em certos momentos de dificuldade, os filhos recorrem ao celular em que estão gravados os números de papai e mamãe.

Como efeito colateral da superproteção, os especialistas em educação infantil começam a notar um aumento no número de crianças ansiosas e inseguras. Não é difícil identificar uma delas em sala de aula: é a que pede atenção e aprovação para cada tarefa que realiza. Consulta os professores com frequência quase insuportável. Fora da sala, tem medo de se machucar no parquinho (mesmo essa excrescência americana que é o playground de chão emborrachado), evita ir sozinha ao banheiro, pede ajuda a todo momento. T tamanha dependência está na raiz da baixa autoestima. O problema é tão presente nas escolas que, em algumas delas, como a paulistana Emilie de Villeneuve, são feitas atividades para estimular a autonomia dos pequenos. Há, por exemplo, um "acampadentro", em que alunos de 5 e 6 anos passam uma noite na escola e são incentivados a tomar decisões simples como o que trazer, em que cama dormir e o que comer no café da manhã. Parece incrível, mas, para muitos, o ato da decisão é um tormento. Em outra iniciativa da escola, o aluno adolescente que falta à aula por motivo de doença é convidado a explicar, ele mesmo, a ausência. "Nossa ideia é que crianças e adolescentes tomem a iniciativa antes de levar as questões para o pai ou a mãe", diz Luiza Cesca, diretora do colégio.

Pergunte a um pai superprotetor por que ele age assim e a resposta será: "Só quero o melhor para o meu filho". O perfil desses pais, segundo os psicólogos consultados por VEJA, é o seguinte: nascidos na década de 60 – em geral, a partir de 1964 –, têm filho único ou filhos com grande diferença de idade. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, as famílias brasileiras têm, em média, 1,8 filho. Nos anos 70, eram 6,2 filhos. Um quarto das mães tem filho único. Elas demoraram a ter o primeiro herdeiro, que foi ansiosamente desejado e aguardado: 26% das crianças nascidas em 2008 eram filhas de pais com mais de 30 anos. Ou seja, as crianças – mais escassas – se tornaram mais "preciosas". Na casa da família paulista Toscano, cada passo de Matheus, de 13 anos, é dado sob o olhar atento dos pais. Fazer trabalho na casa dos amigos, nem pensar. "Não vejo necessidade. A maioria das mães trabalha fora e sei que a empregada não vai tomar conta", diz sua mãe, a representante comercial Dalva, de 48 anos. Só há pouco tempo o garoto recebeu autorização para esquentar a própria comida no micro-ondas. A mãe sugeriu que ele lavasse o prato depois do almoço, mas o pai vetou: "Ele tem medo que o Matheus se corte. Até hoje meu marido amarra o tênis do filho antes do jogo de futebol", afirma Dalva.

Histórias assim são comuns nos consultórios de psicólogos e pediatras. "A maioria desconhece – ou prefere ignorar – as aptidões do filho. Acredita que ele não tem idade para executar tarefas para as quais já está capacitado", diz o pediatra Ricardo Halpern, da Sociedade Brasileira de Pediatria. Certa vez, ele atendeu um menino de 10 anos que enfrentou uma situação constrangedora quando, durante uma excursão, pediu à professora que cortasse o seu bife. "A criança corre o risco de ser excluída do grupo por ser diferente das outras", afirma. Quando, durante uma partida de futebol, os pais tiram satisfação com o técnico por deixar o filho no banco de reservas ou com um colega por não passar a bola, estão tentando, erroneamente, poupá-lo de frustrações. "As crianças superprotegidas acham que os outros resolverão todos os seus problemas. Por isso, o risco de se tornarem compulsivas ou entrarem no universo das drogas é maior. Com elas, conseguem a sensação de mundo cor-de-rosa que os pais proporcionavam enquanto as mantinham dentro de uma bolha", explica a psicóloga Mara Pusch, da Universidade Federal de São Paulo.

A ciência começa a voltar sua atenção para os efeitos da superproteção no cérebro e no comportamento de crianças e adolescentes. Parece exagero? Não é. Há casos como o do menino Ivan (*nome fictício*), de 9 anos, que foi alimentado à base de papinha até os 3 anos. De tanto ouvir seus pais dizerem que ele poderia engasgar com comidas sólidas, o garoto passou a recusar tudo o que não fosse apresentado a ele na forma de sopa ou mingau. Ivan pode ter superado completamente essa deficiência. Mas algo em sua habilidade motora e em sua confiança pode ter sido afetado. Até bem pouco tempo atrás não se sabia disso, mas a falta de brincadeiras livres, sem a interferência de adultos, pode prejudicar o bom desenvolvimento das faculdades cognitivas. Há riscos também no excesso de preparação estudantil dos filhos. Um pai pode e deve estimular seu filho a ter atividades extracurriculares. Mas o excesso não deixa de ser um ato de superproteção e, como tal, não faz bem. Uma pesquisa da Universidade de Montreal, no Canadá, publicada no início deste ano, mostra que o nível de controle dos pais pode determinar se a criança terá uma relação harmoniosa ou obsessiva com um determinado hobby ou atividade esportiva. "Descobrimos que adultos controladores podem estimular comportamentos obsessivos em seus filhos ao ensinar-lhes que a aprovação social só se consegue por meio de excelência", escreveu uma das autoras do estudo, a psicóloga Geneviève Mageau.

Outro estudo mostra que a falta de obrigações dentro de casa tem criado uma geração pouco preocupada com o próximo. E o pior: os pais estão relutantes como nunca em pedir ajuda doméstica aos filhos. De acordo com os psicólogos ouvidos por VEJA, não há nada de errado em distribuir tarefas: é bom para a autodisciplina e para ajudar a construir a autoconfiança. Pedir a um menino que lave um tênis sujo de barro ou que arrume a cama não deveria ser visto como punição. É simplesmente algo que ele deve fazer por ser parte de seu cotidiano.

"Uma criança não é um projeto, um troféu ou um pedaço de argila que se pode moldar como uma obra de arte. Só vai prosperar como pessoa se tiver permissão para ser o protagonista de sua própria vida", disse a VEJA o escocês Carl Honoré, autor do livro *Sob Pressão – Criança Nenhuma Merece Superpais*, publicado no Brasil pela editora Record. Eliminar do desenvolvimento infantil todo desconforto, as decepções e até mesmo a brincadeira espontânea – e ainda por cima pressionar as crianças com a exigência de sucesso total – é um erro de rumo gravíssimo. Sem enfrentarem desafios próprios nem se confrontarem com limites, as crianças tornam-se adultos incapazes de superar as vicissitudes. As consequências da infância e adolescência superprotegidas já são mensuráveis: os jovens atualmente levam mais tempo para sair de casa, começar a trabalhar e formar uma família. Quando chegam ao mercado profissional, não conseguem lidar com as exigências reais. Frequentemente se sentem injustiçados e incompreendidos. E frustram-se com facilidade.

Em resumo, se você quiser ter um filho com possibilidade de ser feliz e realizado (nunca há garantias), proporcione a ele a liberdade possível em cada etapa de sua vida. E lembre-se do que disse o escritor francês Honoré de Balzac (1799-1850): "Chega um momento na vida íntima das famílias no qual os filhos se tornam, voluntária ou involuntariamente, juízes de seus pais". Para ter um julgamento razoavelmente justo, não seja negligente – mas também não seja superprotetor.

### Controle férreo

"Eu faço questão de controlar as amizades da Giuliana. Quando ela está brincando no playground do condomínio, dou uma espiada pela janela a cada quinze minutos. Se escuto algum coleguinha falando palavrão ou sendo mal-educado, chamo minha filha e a proíbo de brincar com ele de novo. Gosto de conhecer também os pais dos amigos dela. Se eles são mal-educados, os filhos não serão diferentes. Sobre os amigos virtuais, eu só a deixei fazer um perfil no Orkut para que não fosse 'digitalmente excluída'. Mas ela só entra na rede social quando a mãe está do lado. Como não sei o que posso e o que não posso permitir, controlo tudo de perto. Dentro de casa, não deixo que as meninas entrem sozinhas na cozinha por causa do risco de acidentes. Até proíbo que abram a geladeira. Sei que tenho essas atitudes por insegurança minha, mas alguns descuidos são apostas que não posso pagar. Se acontecer alguma coisa, o preço vai ser muito alto e eu prefiro não arriscar."

**Marcelo Panzutti**, paulistano de 36 anos, analista de sistemas, com a mulher, **Luciana**, de 37, e as filhas **Giuliana**, de 10, e as gêmeas **Renata e Rafaela**, de 4



Laílson Santos



Laílson Santos

## Medo, muito medo

"Tenho um medo enorme de que meus filhos se percam de mim. Quando estamos na rua, não solto a mão deles por nada. Já pensei até em comprar uma daquelas coleiras de criança para o menor. Algumas mães acham isso absurdo. Eu não. Ninguém cuida melhor deles do que eu. Quando eles saem com o meu marido, por exemplo, fico apreensiva. Se vão almoçar na casa da mãe dele, ligo no mínimo quatro vezes para saber se estão bem, o que estão fazendo e o que comeram. Se a minha filha está brincando no playground e uma amiga sobe para pegar um brinquedo, ela sabe que deve esperar no térreo. Temo que o elevador quebre ou a porta se abra e ela caia no fosso. Quando a Stephanie começou a ir à escola de perua, passei uma semana seguindo o veículo para observar. Se alguma outra criança discute ou bate nos meus filhos, vou lá e brigo com ela. Não admito que ninguém chame a atenção deles."

**Adriana Gil Viaro**, paulistana de 30 anos, mãe de Stephanie, de 8, e Alessandre, de 3

## Sozinha, nem pensar

"Sou vítima de uma mãe superprotetora. Quando eu era criança, ela não me deixava participar de nenhum passeio organizado pela escola. Tinha medo de que algo me acontecesse fora do colégio. Nos dias em que não havia aula por causa de um passeio, ela passava a tarde comigo no shopping para me recompensar. Durante toda a minha adolescência, nós brigávamos muito. Ela nunca me deixava sair sozinha. Aos 15 anos, eu só podia ir ao cinema com meu namorado se ela me levasse. No fim da sessão, ela me trazia de volta para casa. Eu sentia tanta raiva que vivia dizendo que, assim que pudesse, iria embora de casa. Até hoje ela fica emburrada quando aviso que vou sair sozinha."

**Alessandra Vale**, carioca de 22 anos, estudante, e a mãe, Dalva Alberto, aposentada de 58



Laílson Santos:

## Autonomia desde cedo



Lailson Santos

"Meus filhos aprenderam a ser independentes e responsáveis desde cedo. É trabalho deles, por exemplo, alimentar e passear com o cachorro da família. Eles se revezam para isso. Cada um arruma seu quarto e cuida das próprias coisas. Eles aprenderam a guardar os brinquedos ainda bem pequenos. Eu dizia que, se algum objeto estivesse espalhado pelo chão, eles poderiam pisá-lo e quebrá-lo. Quando estão sozinhas em casa, as crianças se viram na cozinha. Elas aprenderam com o pai, que adora cozinhar, a preparar lanches e saladas. Acredito que elas devam ser fortes para superar os obstáculos e desafios que a vida apresenta. E ser independente é meio caminho andado para sobreviver neste mundo. A autonomia dos meus filhos me dá segurança e tranquilidade."

**Viviani Zumpano**, paulistana de 38 anos, coordenadora pedagógica, com o marido, Valter, de 50, gerente de tecnologia da informação, e os filhos Valter Zumpano Filho, de 11, e Stephanie, de 13

## Quem ama cuida

"Reconheço que sou uma mãe muito protetora. Quero estar sempre próxima das minhas filhas para protegê-las. Sou da opinião de que quem ama cuida. Meu marido e eu levamos e buscamos a Sthephany na faculdade todos os dias. Ela estuda longe de casa, a mais de 20 quilômetros, e é perigoso fazer esse trajeto de ônibus. Uma vez, ela foi sozinha e se perdeu. Precisei explicar, pelo celular, o caminho que ela deveria fazer até a faculdade. Minhas filhas se sentem inseguras quando estão sozinhas. Em geral, se perdem. Até hoje, nunca viajaram sem os pais. Não sei se essa insegurança se deve ao fato de que meu marido e eu nunca as soltamos. Quando a mais velha sai à noite, vou buscá-la entre meia-noite e meia e 1 hora. A Melanye ainda não sai à noite. É muito nova. Se ela vai com os amigos ao cinema à tarde, peço que volte antes de anoitecer. As meninas respeitam as regras de nossa família. Nunca brigam nem reclamam. Acho que elas se sentem mais seguras assim."



**Raquel Franco Sprenger**, curitibana de 38 anos, pedagoga, com as filhas Sthephany, de 18, e Melanye, de 16

Humberto Michalchuk

## OS MALES QUE O EXCESSO FAZ

### A CRIANÇA SUPERPROTEGIDA TENDE A SER...

**Medrosa** – Fica restrita a um mundo sem desafios, riscos e perigos. Com frequência, tem receio de se machucar, de dormir sozinha, de experimentar coisas novas. Isso pode afetar, inclusive, a sua habilidade motora

**Manhosa** – No convívio com a família, ela se acostuma a ser o centro das atenções. Longe dos pais, mostra-se birrenta e não aceita ser contrariada

**Insegura** – A supervisão constante dos pais faz com que ela não conheça seus próprios limites e habilidades. Quando realiza tarefas ou toma atitudes sem a presença e a aprovação deles, demonstra insegurança e indecisão



#### **Dependente** –

Por ser privada de situações inesperadas, não aprende a lidar com imprevistos nem a resolver problemas

#### **Impaciente** –

Ao ser prontamente atendida por seus pais, ela espera satisfação imediata de seus desejos e necessidades

### E PODE SE TORNAR UM ADULTO...

**Egoísta** – Ao crescer sem saber negociar, não aceita dividir

**Individualista** – Como cresceu sem limites, não aprendeu a se colocar no lugar do outro nem a pensar no grupo

#### **Com dificuldade de relacionamento** –

Acostumado a ter os pais fazendo todas as suas vontades de imediato, não sabe ceder nem colaborar. Em geral, é um adulto genioso, com o perfil do tipo “dono do mundo”

#### **Com dificuldade para fazer escolhas** –

Como cresceu sem abrir mão do que queria, o superprotegido vê cada escolha como uma perda, e não como um novo passo



Fontes: as psicólogas Ceres Araujo e Patrícia Madruga