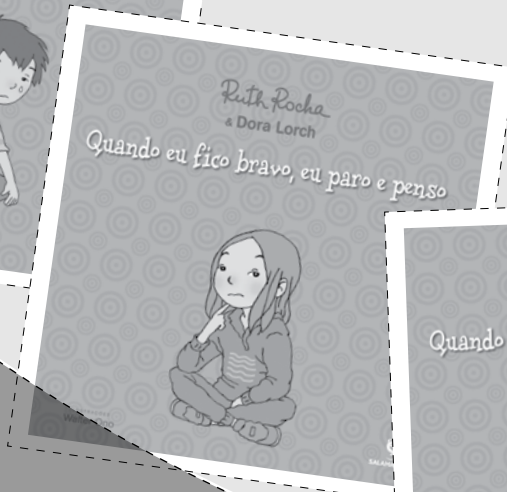


SÉRIE QUANDO EU FICO BRAVO

Ruth Rocha
Dora Lorch

Ilustrações Walter Ono



PROJETO DE LEITURA

Elaboração:
Dora Lorch

SOBRE AS AUTORAS

Ruth Rocha nasceu em São Paulo, capital, onde sempre viveu. É graduada em Sociologia e Política pela Universidade de São Paulo e pós-graduada em Orientação Educacional pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Antes de ter revelado seu incomparável talento como escritora de livros infantis, nesses quase 50 anos de literatura, foi orientadora educacional e editora.

É uma das mais premiadas autoras da literatura infantil brasileira. Tem hoje mais de cem livros publicados no Brasil e vinte no exterior, em dezenove idiomas diferentes.

Desde 2009, Ruth é autora exclusiva da Salamandra.

Dora Lorch é psicóloga clínica há 38 anos e mestre em Psicologia pela PUC-SP. Foi pesquisadora em Psicossomática na Faculdade de Odontologia da USP nas cadeiras de Traumatologia Bucomaxilofacial e Odontopediatria (onde estudou birra, limites, medos e os comportamentos de pais e filhos). Além da clínica, trabalhou em vários projetos sociais, como na Associação Novas Trilhas e no Instituto Sou da Paz, explicando para os pais os comportamentos de seus filhos. Escreveu livros para crianças e para adultos (*Como educar sem usar a violência; Superdicas para educar bem seu Filho*). É sócia da Delfos Prevenção em Psicologia e sócia-fundadora da OSCIP Fábrica do Futuro, onde coordenou por cerca de 18 anos o projeto Florescer da Fábrica, melhorando o relacionamento entre pais, filhos e escola.

APRESENTAÇÃO

Esta série – agora, parte integrante da **Biblioteca Ruth Rocha** – foi criada por Ruth e por mim seguindo a mesma linha de outras três séries: **As Coisas que Eu Gosto, Os Medos que Eu Tenho e As Dificuldades que Eu Tenho**.

O objetivo de todas elas é ajudar os adultos a compreender melhor as necessidades das crianças pequenas, e por isso mesmo encontrar alternativas para lidar com as situações do cotidiano que costumam desgastar e irritar os adultos. Nesse caso, entender o que está acontecendo minimiza o sofrimento e pode ser tratado com paciência e compreensão.

Como tirar maior proveito da leitura dos livros desta série

Por vezes nos deparamos com crianças profundamente irritadas. Se a irritação for decorrente de uma situação de frustração, pouco se pode fazer para acalmá-las.

Nesse caso, não adianta o adulto tentar fazer nada, porque a frustração só tende a aumentar. Por exemplo, quando queremos emagrecer, não há nada pior que perceber que outras mulheres são magras! Isso só piora o sentimento de inadequação. O mesmo acontece com as crianças: se elas percebem que são incapazes de fazer algo, como abotoar a roupa, não adianta o adulto dizer que é fácil e que vai ajudá-la; na verdade, a facilidade do outro ante a impossibilidade da criança só piora o quadro.

Mas há muitas maneiras de reagir a esses sentimentos: algumas pessoas partem logo para a briga, enquanto outras ficam tristes; há as que vão à luta e as que fogem com medo de não dar conta do recado. Existe ainda outra possibilidade não contemplada neste texto: ficar doente.

A intenção dos livros desta série é tornar conscientes para os adultos e para as crianças alguns comportamentos e suas consequências (porque nem sempre nos damos conta do que fazemos para que certas circunstâncias se repitam em nossa vida). E nós adultos não sabemos agir com as crianças em momentos delicados como os descritos acima. Uma das consequências é as crianças sentirem que os outros não entendem sua atitude. Ou, o que é pior, achar que as outras pessoas não querem conversar de jeito nenhum.

Os livros desta série buscam também ajudar os pais a entender que determinadas atitudes da criança não são contra os adultos, mas são a maneira que elas encontram para lidar com os sentimentos doídos que a frustração provoca.

Embasamento teórico ou de onde vêm nossas ideias

Esta série foi baseada em duas teses¹. Uma delas (do Dr. Gilberto Safra) demonstra que certos conflitos leves podem ser elaborados enquanto as crianças escutam histórias relacionadas às angústias que estão vivenciando.

¹ Tese de mestrado do Dr. Gilberto Safra, *Avaliando o alcance das histórias em conflitos infantis*, e tese de doutorado da Dra. Maria Emília Lino da Silva, *Pensando o pensar com W. R. Bion* (MG Editores).

Uma vez percebidos os motivos que afligiam a criança, era “fabricada” com os pais uma história que tratasse esses problemas, com a finalidade de torná-los conscientes. Por exemplo: “era uma vez um menino que morava com os pais e eles eram muito felizes, até que nasceu um irmãozinho, e o Pedrinho pensou que os pais agora não iam mais gostar dele...”

Geralmente, os pequenos pediam que lhes contassem a mesma história várias vezes, até que a angústia fosse trabalhada internamente, ou seja, até que os conflitos pudessem ser solucionados.

A outra tese (da Dra. Maria Emilia Lino da Silva) fala sobre o pensar como forma de lidar com as frustrações. Baseados nessas teses e no livro *A psicanálise dos contos de fadas*, de Bruno Bettelheim², estruturamos livros que falam dos sentimentos de frustração que fazem parte do cotidiano e são difíceis de lidar, e assim pretendemos desenvolver a inteligência emocional das crianças.

Os textos são montados de modo a apresentar um conflito nas páginas ímpares e “soluções interpretativas” nas páginas pares. Eles pretendem conscientizar a criança dos sentimentos que estão em jogo e de como a maneira de encará-los **interfere na solução final do problema**.

A série **Quando Eu Fico Bravo** trata das dificuldades que temos quando nos deparamos com nossos limites.

O que é frustração?

Frustração é o sentimento decorrente da percepção de não conseguirmos fazer alguma coisa que achávamos que poderíamos, deveríamos ou simplesmente queríamos fazer. Ou seja, é a percepção de uma ausência. É difícil lidar com essa emoção, porque, ao contrário do prazer, no qual só temos que receber, a frustração exige uma atitude ativa de reconhecimento de uma falta e a decisão do que vamos fazer com essa falta: lutar por ela ou fugir da situação.

Por isso, torna-se imperativo aguentar. E aguentar pressupõe pensar a respeito. Descobrir o que fizemos de errado, ou quais os nossos limites, e suportar esses limites. Pelo menos até que consigamos ultrapassá-los.

Como ajudar uma criança a superar um episódio ruim?

Se a angústia é muito grande, as crianças (e os adolescentes também) tendem a “pôr a culpa” *fora* delas, como forma de diminuir a pressão. É nessas horas que ouvimos os filhos clamarem: “Também, mãe, você achava que ela era confiável!”. Ou: “A culpa é sua!”. Essas atitudes – das crianças e dos adolescentes – servem quase como reguladores internos para eles próprios. Primeiro a

“responsabilidade” é colocada fora, em geral nos pais, porque de alguma maneira as crianças precisam saber que há alguém que sabe o que fazer com essa angústia. Se os pais conseguem se controlar e lidar com a situação com calma, elas aprendem que lidar com esses sentimentos internos, tão perturbadores, não destrói ninguém. E por isso conseguem absorver o que foi “expelido”, ou, em outras palavras, conseguem reconhecer sua parcela de responsabilidade no caso.

E quando a criança não consegue perceber o que fez?

Nesse caso, é fundamental que os adultos, especialmente os pais ou seus representantes (na escola, os professores), possam entender e acolher afetivamente a criança, e que ela possa receber de volta a situação modificada com a compreensão de um adulto. Por isso, em situações de conflito, é importantíssimo ouvir o que a criança tem a dizer, sem julgamentos, para que ela possa “expelir” a confusão e as sensações ruins. Só então o adulto deve mostrar o que pensa. Isso inclui avaliações de sentimentos (exemplos: “Isso é assim mesmo, vai doer, mas vai passar”; “Dá raiva, mas a vida é assim”) e aprender com isso. Em seguida, o adulto pode falar da parte que cabe à criança ou deixá-la reconhecer o que, na situação ocorrida, tem a ver com ela.

Se não for possível dar à criança esse tempo e esse espaço para sentir, os sentimentos ruins tomarão conta dela e não lhe permitirão pensar sobre os fatos.

É a mediação do adulto que permite organizar e elaborar o caos interno da criança. Nós, adultos, vivenciamos isso quando conversamos com uma pessoa próxima sobre conflitos: é o ouvir do outro, as perguntas que ele nos faz que nos ajudam a elaborar essas ideias. Se, ao contrário, o ouvinte começa pelo julgamento, a conversa não costuma dar bons frutos.

O que fazer quando a criança se torna inflexível?

Na verdade, as crianças experimentam um mundo bipolarizado: ou é amor ou é ódio, ou é prazer ou é dor. Os matizes intermediários precisam ser recriados constantemente. Isso quer dizer entender que o melhor amigo também pode ter atitudes não tão legais, mas que isso não o transforma em inimigo, e sim em um amigo com alguns defeitos. E, da mesma maneira, o fato de alguém não gostar de algumas de nossas posturas não quer dizer que não goste de nós, apenas que não concorda com tudo o que fazemos. Pensar assim ajuda a desenvolver flexibilidade para podermos lidar com a frustração.

A frustração tem algum aspecto positivo?

A frustração exige mais do que prazer; por isso tem consequências mais complexas. É preciso sair do caos que a frustração

² Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2009.

traz e “aprender com a experiência”³, juntando o conhecimento ao pensamento para lidar com o problema. Mas, até esse ponto, a tolerância é essencial, e todos sabemos que tolerar não é tarefa das mais fáceis, quanto mais para crianças que ainda não têm um grande repertório de experiências de vida. É a tolerância que nos permite olhar para o problema e ter calma para encontrar uma solução.

Qual o papel dos pais e dos professores ante a frustração?

Ensinar a pensar. Pode parecer absurdo, mas pensar é uma atividade ensinada somente entre seres vivos e que pode ser passada de pai para filho.

Isso fica claro quando estamos lidando com algo que nos aflige: há momentos em que gostaríamos de nos livrar do problema. A experiência mostra que essa atitude não resolve, pois o problema quase nunca desaparece só porque gostaríamos que isso acontecesse. É nessa hora que o pensar se faz fundamental: a ausência de satisfação precisa ser olhada, trabalhada e avaliada, para somente depois podermos procurar alternativas. E as alternativas só serão encontradas se conseguirmos pensar sobre o acontecido.

Nesses momentos, é fundamental para as crianças, e diria até para os adolescentes, a participação de outra pessoa para mediar o conflito e encontrar uma saída.

Vejam que interessante: a ajuda que um adulto dá à criança muda a vida de ambos. A isso chamamos crescimento.

Bom crescimento a todos.

Dora Lorch

³ *O Aprender com a experiência*, de W. R. Bion. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1991.