



Mãe ou pai tóxico sem perceber: saiba se está prejudicando seu filho...

Veja mais em <https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2020/01/05/mae-ou-pai-toxico-sem-perceber-saiba-se-esta-prejudicando-seu-filho.htm?cmpid=copiaecola>

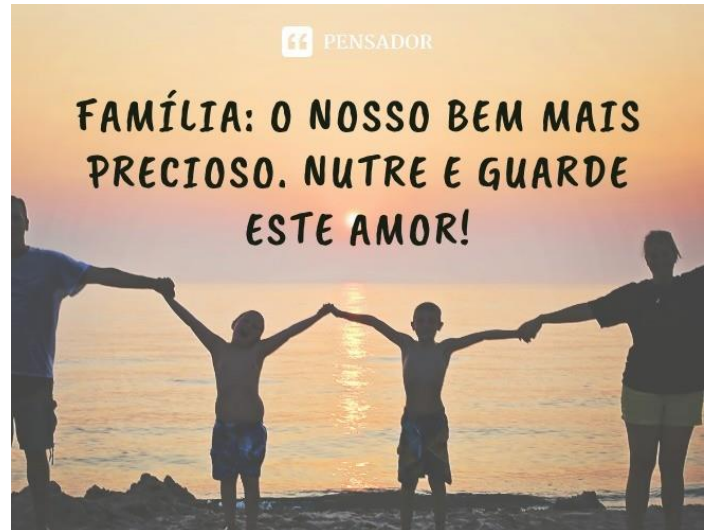
Claudia Dias
Colaboração para Universa

Quando a escritora Renata Rode, 43 anos, se separou do ex-marido, três anos atrás, achou que precisava compensar a falta que a filha Lara, 5 anos à época, sentia do pai. A menina estava apresentando algumas regressões comportamentais - precisou, inclusive, retomar o uso de fraldas à noite. A mãe

procurou ajuda psicológica e foi informada que era um comportamento comum, já que a filha estava exteriorizando sua raiva pelo ocorrido. Com o tempo, Renata percebeu que estava estimulando as atitudes da menina.

"Eu dava os 'comandos errados' no dia a dia. Ela saía do banho e pedia para enxugá-la porque estava cansada. E eu pensava: 'poxa, ela já sofre com a separação; vou lá, pois é só um carinho' e a secava. Ela queria ser tratada como um bebê porque eu alimentava aquilo. Daí o fato de usar fralda à noite", relata. Hoje Renata reconhece que, toda vez que fazia o que a filha queria, tirava a independência e a autonomia da criança. "Pior era que eu achava que estava fazendo o bem, quando não estava", admite. A escritora entende que estava agindo como uma mãe tóxica, sem perceber - e agora está conseguindo resolver o quadro com técnicas de programação neurolinguística.

Assim como Renata, muitos pais adotam posturas que se revelam negativas para os filhos, apesar de sempre haver boas intenções por trás de tais atos. A seguir, com ajuda de um time de especialistas, listamos 12 atitudes que podem prejudicar seu filho, sem você nem desconfiar.



1. Deixar dormir com os pais...

A prática prolongada da cama compartilhada pode fazer com que a criança não desenvolva a autonomia e independência que fazem parte do processo natural para a evolução. Até uma certa idade (6 meses, no caso) é aceitável deixá-la dormir com os pais, mas desde cedo é preciso incentivá-la a dormir no próprio quatinho. O que importa, para o desenvolvimento dela, é que se sinta segura, bem como saber que os pais estarão por perto.

2. Dizer "sim" para tudo...

Ser permissivo demais, mesmo querendo demonstrar confiança nos pequenos, tende a ser ruim porque os filhos podem se sentir abandonados, como se os pais não tivessem tempo para cuidar deles. O "não" também faz parte da educação, do carinho e da atenção pelas crias e demonstra que os pais se preocupam....

3. Matricular em muitos cursos Crianças envolvidas em muitas atividades além da escola (curso de idiomas, escolinhas esportivas, aulas artísticas etc), sob a justificativa de estarem sendo bem preparadas para o futuro, costumam ter pouco tempo para brincar. O ideal é terem algumas horas por dia para, simplesmente, serem crianças. Melhor ainda se os pais estiverem juntos.

4. Proteger de forma excessiva Quando o filho é demasiadamente protegido pelos pais, não aprende a lidar com desafios. Levando-se em conta a idade e a maturidade da criança, ela precisa aprender a agir por conta própria - só tem de ser orientada sobre como os conflitos podem ser resolvidos. Pais que fazem tudo pelos filhos não permitem que eles desenvolvam esse lado. Ao contrário, leva as crianças a sentirem receio diante de tudo e não terem iniciativa no futuro....

5. Não respeitar a privacidade Pedir que o filho conte tudo o que acontece na vida dele, querendo ser amigo demais, pode ser invasivo. A situação piora se, ao ouvir o que ele conta, os pais só tecem críticas em relação ao comportamento. Fica ainda mais crítica se compartilharem o episódio (a repetição de ano na escola, o fim do namoro ou mesmo algo positivo, mas que diz respeito apenas ao filho) com gente de fora. Não é porque não se trata de um adulto que não mereça ter a privacidade respeitada....

6. Fazer comparações em família Algo bem comum nas reuniões familiares são as comparações envolvendo irmãos e primos, ignorando as características de cada

criança e desrespeitando o tempo, possibilidades e limitações de cada uma. Isso prejudica a autoestima e promove percepções de desvantagem entre os pequenos....

7. Escolher a roupa do filho Impor às crianças a maneira de se vestirem no dia a dia acaba refletindo no desenvolvimento delas, pois isso anula a personalidade e a criatividade infantil, justamente numa fase de grande desenvolvimento....

8. Ficar falando sobre despesas Comentar constantemente "como a escola é cara" ou como o filho "custa muito dinheiro", mesmo que a intenção seja que ele valorize mais seus privilégios, indiretamente, faz com que ele também se sinta um fardo para a família e pressionado o tempo todo.

9. Fazer tudo pelo filho, as crianças começam a desenvolver autonomia desde cedo e, quanto antes esse processo for iniciado, mais benefícios virão para ambas as partes - afinal, nenhum pai ou mãe quer ver o filho sofrer porque não sabe se virar sozinho em tarefas simples e adequadas à sua idade....

10. Ignorar e negligenciar emoções Não importa a idade do filho: mesmo ele não sabendo nomear o que ocorre com ele, se disser que sente alguma coisa, por mais "boba" que possa parecer, jamais deve-se dizer a ele para deixar pra lá ou esquecer. É muito importante que pais ofereçam a segurança para a criança ou adolescente poder se expressar....

11. Não deixar brincar por medo É claro que os pais devem se preocupar com os filhos, mas impedir que brinquem no parquinho do prédio ou que passem a noite na casa do amiguinho, por exemplo, indiretamente transmitem a mensagem e a sensação de que os filhos sempre estarão em risco e que nunca vão ter condições de aprender a ser independentes e cuidarem de si....

12. Falar que apoia, mas não incentivar Quando pais dizem que o filho pode e deve optar por uma carreira que lhe faça feliz, mas não apoiam quando surge um estágio na área, não remunerado ou que pague pouco, estão agindo de forma contraditória e, de certa forma, estagnando a vida dos filhos....

O que fazer para mudar Para quem quer repensar atitudes, mas não sabe qual a linha de corte, um jeito prático e simples é refletir sobre como comportamento dos pais vai refletir no desenvolvimento do filho. Ou seja, na hora de tomar alguma decisão, vale

um autoquestionamento e uma análise se a atitude que pretende adotar vai potencializar ou prejudicar o desenvolvimento do filho....

O exercício ajuda pais a não tomarem decisões impulsivas e sem reflexão, o que os tornaria tóxicos, como também traz a genitores a sensação de segurança e autoconfiança na educação de seus filhos.

Fontes: Aline Gomes, psicóloga; Cristina Borsari, psicóloga da Beneficência Portuguesa de São Paulo; Denise Camargo, psicopedagoga especialista em comportamento; Ellen Moraes Senra, psicóloga especialista em terapia cognitivo comportamental; Marcella Sandim, psicóloga perinatal e especialista em maternidade; Marília Mariano, professora do curso de Psicologia da Universidade Anhembi Morumbi e doutora em Psiquiatria e Psicologia Médica; Priscila Gasparini Fernandes, psicóloga clínica e psicanalista com especialização em neuropsicologia e neuropsicanálise; Roberto Debski, psicólogo e médico clínico geral; Tami Lopez, especialista em programação neurolinguística e interações com crianças e adolescentes...

