

Compreender a criança



⇒ A criança é obrigada a aceitar um novo irmão, ou um novo papá ou uma nova mamã, meios-irmãos ou meias-irmãs...ora as crianças não têm obrigação de gostar umas das outras. É, no entanto, possível que elas cheguem a um bom entendimento mútuo e que consigam viver bem juntas, desde que as coisas sejam ditas e as emoções de cada uma escutadas e respeitadas.

⇒ Os apelos à razão e à moral são inúteis e causam sofrimento. Mostre-lhe que compreende a sua infelicidade. Escute toda a gama de emoções da sua criança e acompanhe-a nesse longo trabalho de aceitação. Em vez de lhe fazer a lista das vantagens de ter um irmão ou uma irmã, peça-lhe que a faça ela mesma, sem omitir os inconvenientes. O indivíduo acabado de chegar, seja ele quem for, suscita sempre uma modificação do equilíbrio familiar e, por conseguinte, mexe com as emoções.

⇒ Acalme as suas expectativas relativamente ao seu filho mais velho "crescer e tornar-se um exemplo". A regressão em coisas como saber usar a casa de banho, chupar no dedo e falar como os bebés, poderá desaparecer mais cedo se os pais não lhes derem demasiada importância.



Algumas dicas práticas!

Os pais lidam com a chegada de um novo bebé de maneiras muito diversas, que incluem diferentes emoções e expectativas. Têm uma tarefa muito mais complexa e com muito mais exigências, tendo que gerir as necessidades físicas e emocionais da existência de um novo filho.

Quando a gravidez já está bem desenvolvida e a mulher já se sente disposta a partilhar, deverá contar ao filho.

Os pais poderão ajudar muito na preparação do filho, de modo a enfrentar essa experiência. Ao falar de aspectos positivos, partilhe, também, as futuras dificuldades.

As necessidades da criança normalmente entram em conflito e a tarefa contínua de compreensão, gestão e negociação acaba testar os pais até ao limite.

Ser permissivo com os sentimentos dos filhos, mas rigoroso com o seu comportamento, poderá, ao fim de algum tempo, ajudá-los a tornar-se mais próximos.



Saber mais sobre este tema...

Reichlin, G. & Winkler, C. (2010). O guia de bolso dos pais. *Editorial Bizâncio*.



A chegada de um novo bebé

“Não é justo!”



Gabinete de Apoio Psicológico (GAP)

Projeto “O mundo das crianças”

Tel.: 231 416 085
Email: gap@cspo.pt

C.S.P.O. – “Aurum” - 2003/2013 –
10 ANOS DE APOIO SOCIAL



A chegada de um novo bebé “Não é justo!”



* A chegada de um irmão trata-se de facto de uma provação considerável para a criança, e algumas têm dificuldade em recuperar. A mamã está menos disponível, “sempre” ocupada com o bebé, cansada ou mesmo esgotada pelas noites sem dormir.



* A criança mais velha não só tem de esperar pela sua vez, como chegam ao ponto de lhe ralhar por causa daquele recém-chegado.

* A criança ainda precisa das atenções da mãe, mas não obstante exigem-lhe que se torne crescida antes do tempo e esperam-se dela todos os esforços e todas as adaptações sob pretexto de que a outra criança é apenas um bebé.

* Tinham-lhe anunciado um companheiro de brincadeiras, mas ela vem a descobrir que o bebé não pode brincar, que apenas sabe chorar e dormir!

* Quanto mais crescida for, a criança gerirá essa interrupção na sua vida. No entanto, aumentar o tempo entre os nascimentos dos filhos apresenta outros inconvenientes. Ou seja, não existe uma solução ideal.

* Ter irmãos e irmãs começa por ser uma provação, porém, a partir do momento em que a criança ultrapassa a provação, é algo que se transforma numa grande riqueza.

* A criança tem que fazer o luto da sua posição de “o último filho nascido”, aceitar partilhar o tempo dos seus pais e muitas vezes o seu próprio quarto. Sem falar nos seus brinquedos. Ela é destronada... e isso não acontece sem manifestações de afectividade. É natural e normal, e até saudável, que a sua criança exprima cólera em relação a si por você ter tido um novo bebé. Esse nascimento poderá eventualmente constituir para ela uma ameaça de separação. Ela poderá sentir-se angustiada e abandonada, poderá ter medo de perder o seu amor e de a perder totalmente.

- Assuma absoluta responsabilidade por manter os seus filhos em segurança: uma criança pode não ser visivelmente ciumenta com o novo bebé, poderá fazer-lhe mal inadvertidamente. Leve o bebé consigo em vez de o deixar com um irmão mais velho (com menos de 4 anos), mesmo que seja apenas “por um bocadinho”;
- Substitua um comportamento agressivo com palavras a gestos suaves;
- Estabeleça algumas regras concretas, explicando brevemente o que é considerado um bom comportamento. Crianças pequenas ou em idade pré-escolar reagem melhor com poucas regras;
- Discuta formas aceitáveis da criança mais velha lidar com a sua ira;
- Assegure-se que dá ao seu filho mais velho toda a sua atenção, pelo menos algumas vezes por dia. Isto é mais fácil de dizer do que fazer, mas vale a pena tentar;
- Conheça os sentimentos do seu filho, por muitos maus que possam parecer. Diga-lhe que compreende que ele sinta ciúmes, mas que não está certo fazer mal ao bebé. Nem todos os sentimentos negativos se expressam de uma forma agressiva;



- É natural e normal que o seu filho mais velho apresente demonstrações de ciúmes, ressentimento, insegurança, raiva e infelicidade como resposta ao nascimento do novo irmãozinho;
- Concentre-se na explicação das suas necessidades à criança mais velha, ao invés de falar nas necessidades do bebé. Isso poderá ajudá-la a minimizar os seus sentimentos de rejeição e fazê-la sentir-se bem por poder ajudá-la;
- Garanta e volte a garantir ao seu filho que nunca ninguém poderá tomar o seu lugar (as crianças precisam de ouvir isto frequentemente);
- Docemente e de uma forma gradual, encoraje os irmãos mais velhos a envolverem-se com o novo bebé. Muitos pedidos constantes para lhe dar os sapatinhos, as fraldas ou os cobertores, só poderão causar-lhe ressentimentos;
- Encoraje sentimentos de proximidade e orgulho entre os seus filhos. Isso levar-lhe-á tempo, reflexão e criatividade;
- Encontre maneiras de dar a perceber ao seu filho mais velho que ficar em casa com o bebé não significa apenas divertimento e jogos;
- Ajude o seu filho mais velho a proteger os seus brinquedos favoritos, quando o bebé começar a ter maior mobilidade.

