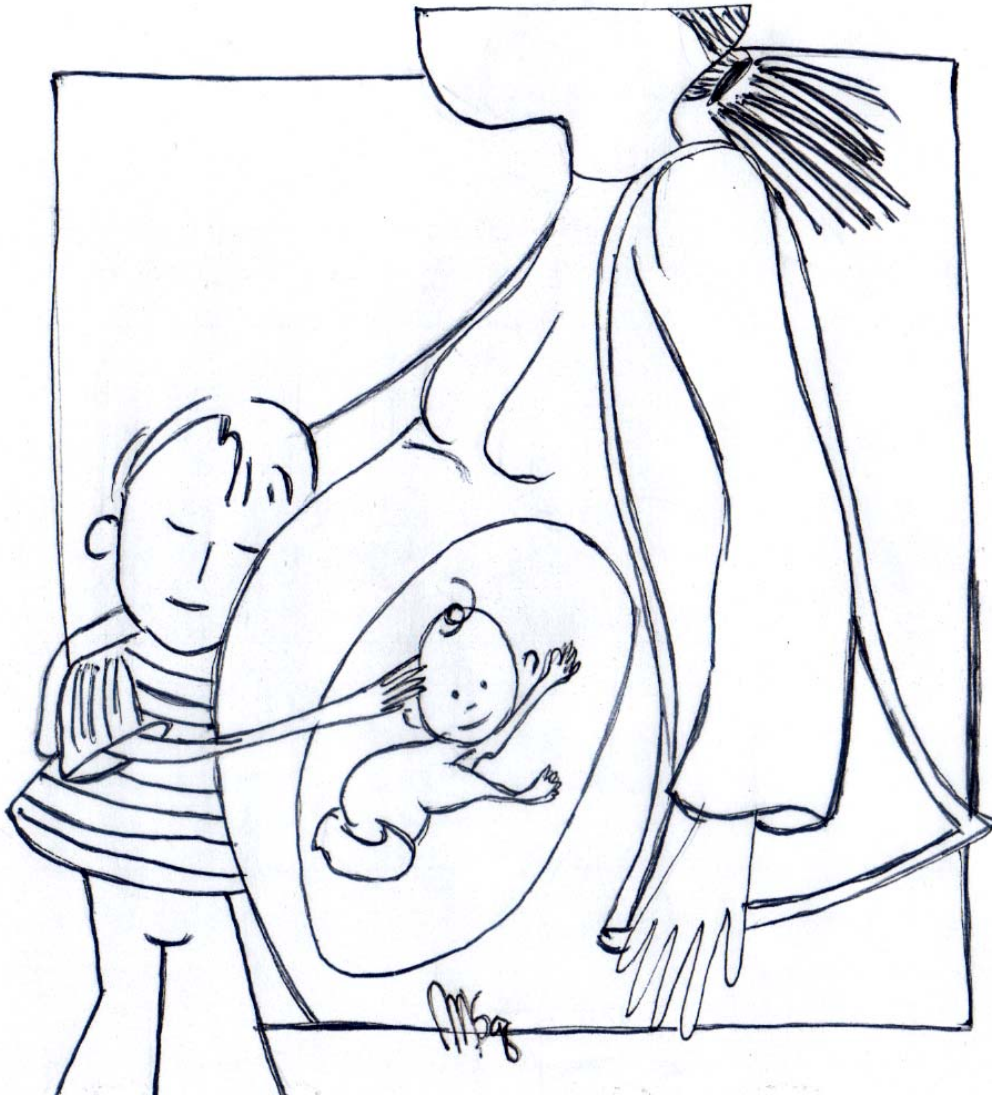


OBRA SOCIAL PAULO VI



Vou ter um irmão

- Orientações para os pais -

• Introdução

O nascimento de um irmão é um acontecimento de vida muito stressante para a criança pequena e as suas reacções a este acontecimento reflectem os seus esforços para lidar com esse stress. Este é um período de ajustamento complexo para a criança que até aí era filha única.

A relação entre a criança e o seu irmão é ambivalente, porque a criança evidencia reacções positivas e negativas face a esse acontecimento.

As reacções negativas típicas incluem um aumento de confrontos, agressividade, apego, angústia de separação e outros comportamentos ansiosos, mais problemas com o controle de esfíncteres e prisão de ventre. Os comportamentos negativos da criança são geralmente mais dirigidos aos pais do que ao novo bebé. Verifica-se, habitualmente, um aumento de agressividade nas brincadeiras.

Os comportamentos regressivos surgem como uma forma de imitação, isto é, como uma resolução de problemas ou uma abordagem estratégica para a criança se assegurar de que os pais continuam a cuidar de si como do novo bebé.

Ao mesmo tempo, verifica-se na criança um aumento de maturidade, independência e empatia, assim como um grande interesse e curiosidade acerca do bebé.

Verificam-se também mudanças significativas na relação entre a mãe e a criança a seguir ao nascimento de um irmão. Há uma diminuição no tempo que a mãe despende no brincar e no diálogo com a criança - a criança torna-se o primeiro iniciador das interacções com a mãe e estas interacções são frequentemente confrontantes. As mães também começam a exigir maturidade e independência da criança, provavelmente por razões práticas. Não é de admirar, dadas estas mudanças na relação mãe-criança, que estas exibam inevitavelmente algumas reacções negativas face ao nascimento de um irmão.

Para muitas crianças estes comportamentos vão diminuindo ao longo do 1º semestre de vida do bebé, e após este período de ajustamento inicial verifica-se uma estabilidade considerável na qualidade do comportamento da criança relativamente ao irmão.

Os factores que influenciam o ajustamento da criança ao nascimento do irmão incluem as características temperamentais da criança, a existência de problemas de comportamento antes do nascimento do irmão, a idade da criança na altura do nascimento (se inferior a 18 meses, mais difícil a adaptação), o bem-estar psicológico da mãe (mães fatigadas ou deprimidas

reflectem uma maior falta de disponibilidade para a criança), e a maneira como a mãe gere o envolvimento da criança com o bebê (é muito importante envolver a criança no cuidado do bebê, fazendo-o como uma experiência partilhada mais do que uma responsabilidade, e modelar o respeito pelo bebê como pessoa com necessidades e sentimentos próprios).

- **Preparação**

Os pais devem preparar a criança para o nascimento do irmão antes deste acontecimento ocorrer.

A antecedência dessa preparação depende da idade da criança. Para crianças de 12-18 meses, que têm pouco sentido do tempo (passado ou futuro), são necessários poucos dias ou semanas de antecedência para lhe comunicar a notícia. As crianças de 2 a 5 anos, embora continuem muito ligadas à experiência do presente, são muito curiosas acerca do ambiente que as rodeia, reparam nas transformações físicas da sua mãe e apercebem-se de conversas acerca do assunto, costumando fazer muitas perguntas acerca do mesmo. Esta situação pode levar a que surjam questões como “De onde é que os bebês vêm?”. Estas questões dão aos pais a oportunidade de começar a preparar a criança para a chegada do irmão.

Informação simples, concreta, mas factualmente honesta, é apropriada mesmo para as crianças muito pequenas, e os pais devem dar essa informação mesmo se a criança não fizer qualquer pergunta.

Muitos livros bons têm sido escritos para crianças acerca da sexualidade, do nascimento, da vinda de um irmão.

Este processo de preparação deve ocorrer ao longo de muitas semanas em pequenas conversas com a criança.

- **Diminuição do stress**

É fundamental minimizar outras fontes de stress na vida da criança para ela estar mais disponível para lidar com esta nova situação.

Manter as rotinas da criança durante o tempo que antecede o nascimento e depois deste, dá-lhe uma maior segurança.

Mudanças como dormir numa cama em vez de numa cama de grades, mudança para um novo quarto ou uma nova casa, ou começar numa nova escola devem ser bem acompanhadas antes da data do nascimento, de forma a que a criança tenha oportunidade de se adaptar às novas rotinas.

A criança deve ser deixada com alguém familiar e num local familiar enquanto a mãe está no hospital, e deve ser-lhe comunicado com antecedência quem vai ficar a cuidar dela nesse tempo.

Uma vez que os conflitos que existem entre pais-criança antes do nascimento tendem a aumentar depois do nascimento, os pais devem ser aconselhados a pedir ajuda para esses problemas antes da chegada do novo bebé.

A visita da criança ao hospital pode aliviar a angústia de separação da mãe.

- **Quando o bebé vem para casa**

Depois do bebé vir para casa, o envolvimento do pai no cuidar da criança mais velha pode facilitar a sua adaptação e diminuir o stress da mãe que se defronta com novas responsabilidades.

Mesmo as crianças mais pequenas podem envolver-se no cuidado do bebé : ir buscar a fralda, segurar no biberão, ver se o bebé está bem.

Os pais podem descrever a interacção do bebé com a criança de forma a enfatizar a individualidade da criança, assim como a responsividade do bebé à criança. Simultaneamente, o comportamento apropriado por parte da criança deve ser reforçado (“Olha, o bebé está a sorrir para ti. Ele gosta da forma como tu seguravas o seu biberão”).

É essencial que os pais arranjem momentos em que a criança mais velha possa ter a atenção toda só para si. Mesmo 10 ou 15 minutos por dia de interacção de qualidade ajudam à adaptação.

Presentes ou acontecimentos especiais que valorizam as capacidades da criança podem ajudar a eliminar os comportamentos “regressivos”/imitativos. Por exemplo, sair para comer fora com a mãe e o pai, enquanto o bebé é deixado em casa com alguém, cria uma oportunidade de reforçar um comportamento positivo.

- **Controle do comportamento**

Os pais devem reagir com consequências claras para a criança ao comportamento agressivo, seja ele dirigido aos pais, ao bebé ou a ambos. Retirar a criança da situação rapidamente e por um momento, sem nenhuma discussão por parte dos pais. Os pais devem ignorar completamente a criança, assim ela pode aprender que a agressão física é inapropriada e não será tolerada.

Noutras alturas, os pais deverão observar as interações apropriadas e comentá-las quando ocorrem.

A agressão expressa no faz-de-conta é uma boa maneira para a criança exprimir os seus verdadeiros sentimentos. A criança usa o brincar para experimentar o controle sobre os acontecimentos do seu ambiente que ela não pode controlar – assim, funciona como um mecanismo de adaptação. Os pais devem permitir que a criança expresse a agressão no faz-de-conta e criar outras situações para expressão apropriada dos sentimentos de agressividade.

Adaptação de Isabel Duarte de:
Assessment and Treatment of Childhood Problems - A Clinician's Guide.
Schroeder, C. S. & Gordon, B. N.. Guilford Press, New York.
Ilustração : Kathy Silva