PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Marcia Mamede - Medos infantis

Um problema que aflige muitos pais é o medo exagerado que algumas crianças apresentam diante de situações aparentemente inofensivas ou sem importância. Algum desses medos podem tomar proporções realmente exageradas e evoluir para um quadro denominado fobia. No entanto, a maioria dos medos infantis permanece em níveis controláveis e tendem a desaparecer com a idade.

A dúvida da maioria dos pais se refere a como esses medos aparecem e o que se pode fazer para ajudar a criança a superá-los. Para esclarecer esse assunto, a entrevistada dessa semana é a educadora e assistente técnica da coordenação nacional da Pastoral da Criança, Marcia Mamede.

Marcia, você poderia explicar o que é o medo e quais são os principais medos infantis?

O medo é uma sensação emocional, tal como alegria, a raiva. É uma resposta do nosso organismo a tudo o que nos põe em risco ou que possa parecer um risco.Os medos que vemos ser mais comuns nas nossas crianças de até seis anos, hoje em dia, podem começar ainda quando bebezinho, quando ele se assusta com um estímulo tenso, por exemplo, ou um barulho forte. Ele também se assusta com um lugar novo, que não conhece. O medo de escuro também começa a aparecer por volta de três anos. Eles dizem ver nesse escuro monstros, bruxas, fantasmas. E o bebê, como ainda não tem uma noção concreta, acha que a mãe, quando desaparece, vai sumir, tem medo de perder a mãe, aquela pessoa que cuida sempre dele. Outro medo que os psicólogos dizem ser comum em crianças, e que se manifesta por volta de dois, três anos, é o medo de animais.

Quais são as causas dos medos infantis?

Além das situações novas e desconhecidas, e das que apresentam um perigo real que a criança precisa aprender a identificar, as ameaças na tentativa de controlar a criança quando ela desobedece também causam medo. Cobranças excessivas também. Outra coisa que causa medo nas crianças são atitudes inconstantes dos pais.

Em que momento sentir medo pode ser algo útil?

O medo é um sentimento que está presente em todas as culturas. A explicação para isso é que o medo ajudou e ajuda, eu acho, na preservação da espécie humana. Ele cumpre uma função de sobrevivência, no sentido de afastar a pessoa de situações perigosas. Por exemplo, não se aproximar de animais desconhecidos. Esse medo, esse receio, foi fazendo a pessoa sobreviver. Então, é importante que os pais estabeleçam limites e orientem os filhos sobre coisas que podem representar riscos a sua segurança, como escadas, janelas, tomada elétrica, fogo, piscina, mar, rio. A gente deve ensinar a criança, mostrar a ela que o medo que ela sente de certas situações é útil, é válido. A gente tem que sentir medo mesmo.

Quando os medos se tornam fobias?

É quando esse medo começa a ficar no nível altíssimo, uma coisa que começa a impedir a criança na convivência diária com a família, na comunidade. Tudo isso indica que se tornou uma fobia, aí tem que ter ajuda especializada. Agora, como a família está lidando com esse medo? A primeira coisa é ver as condições do ambiente em que a criança vive, pois ela é fruto desse ambiente.

Quais são as consequências de se usar o medo para controlar as crianças?

A criança educada pelo medo, para obedecer, geralmente se torna muito insegura. Ou ela pode ficar totalmente responsável, aquela criança que não identifica perigo. Essa criança nem sabe se proteger quando precisa, ela sempre está correndo risco, sempre querendo enfrentar perigo. Então, os pais não devem criar temores, assim, de origem da fantasia para convencer o filho, como, por exemplo: “Olha, o bicho papão vai pegar você”, “Ó, o saci vai aparecer e vai levar você”. Essas ameaças podem criar uma ansiedade desnecessária nas crianças.

Como formar crianças seguras e tranquilas, no mundo caótico em que vivemos hoje?

Hoje, o medo da violência é tão grande na nossa sociedade, os pais têm esse medo. Agora, eles podem e devem ajudar seus filhos a superar seus medos, protegendo, conversando com eles sobre o que estão sentindo, estimulando que falem sobre seus sentimento. Mostrar que o medo é uma coisa que todo mundo sente. E os pais também têm que lidar com seus próprios medos e controlá-los.

Marcia, qual é o papel da gestante na prevenção do medo?

Vamos dizer que essa prevenção já começa com a gestante encontrando um ambiente favorável na gestação. Se a pessoa que, às vezes, já é medrosa ou que começa a sentir medo na gestação, tem esse medo ridicularizado e não aceito pela família, essa mulher vai ficar mais insegura, não é? Então, a família tem que entender, o líder que está ali

perto abrir um espaço para a gestante ser ouvida, identificar por que ela está sentindo aquele medo e onde se pode buscar ajuda para ela, se é no próprio serviço de saúde. Porque sentindo que está sendo compreendida no seu medo, a gestante fica mais saudável e tranquila. E isso, ela transmite para o bebê. Então, o ambiente favorável na gestação ajuda a gestante a prevenir de ter medo ou a lidar com os medos que está sentindo.

Marcia, quais são as orientações da Pastoral da Criança sobre esse tema do medo infantil?

A criança necessita do acolhimento dos pais, com compreensão e amor nos momentos de medo e dificuldade. Mas ela necessita também dos limites necessários para a sua segurança. Agora, esses limites são colocados como? Por meio de atitudes firmes, mas amorosas, que façam com que a criança sinta o amor e o cuidado dos pais.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1194 - 18/08/2014 - Medos infantis