

Mariangela Mantovani

QUANDO É
NECESSÁRIO DIZER NÃO

A dinâmica das emoções na relação entre pais e filhos



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Mantovani, Mariangela

Quando é necessário dizer não : a dinâmica das emoções na relação entre pais e filhos / Mariangela Mantovani ; com colaboração de Mário Roberto da Silva. — 3. ed. — São Paulo : Paulinas, 2009. — (Coleção crescer em família)

Bibliografia.

ISBN 978-85-356-1131-1

1. Crianças - Criação 2. Educação de crianças 3. Emoções em crianças 4. Família - Aspectos sociais 5. Pais e filhos 6. Papel dos pais I. Silva, Mário Roberto da II. Título. III. Título: A dinâmica das emoções na relação entre pais e filhos. IV. Série.

09-00657

CDD-649.1

Índice para catálogo sistemático:

1. Educação de filhos : Papel dos pais : Vida familiar 649.1

3ª edição – 2009

2ª reimpressão – 2014

Direção-geral: *Flávia Reginatto*

Editora responsável: *Noemi Dariva*

Colaboração de texto: *Mário Roberto da Silva*

Copidesque: *Cristina Paixão Lopes*

Coordenação de revisão: *Andréia Schweitzer*

Revisão: *Mônica Elaine G. S. da Costa*

Direção de arte: *Irma Cipriani*

Gerente de produção: *Felício Calegaro Neto*

Ilustrações: *Jótah*

Capa: *Cristina Nogueira da Silva*

Editoração eletrônica: *Sandra Regina Santana*

Nenhuma parte desta obra poderá ser reproduzida ou transmitida por qualquer forma e/ou quaisquer meios (eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia e gravação) ou arquivada em qualquer sistema ou banco de dados sem permissão escrita da Editora. Direitos reservados.

Paulinas

Rua Dona Inácia Uchoa, 62

04110-020 – São Paulo – SP (Brasil)

Tel.: (11) 2125-3500

<http://www.paulinas.org.br> – editora@paulinas.com.br

Telemarketing e SAC: 0800-7010081

© Pia Sociedade Filhas de São Paulo – São Paulo, 2004

*Agradeço a Deus, que me deu a vida
e a oportunidade de ser quem sou.*

*Aos meus pais, Elza e Percival,
que me ajudaram a crescer como filha.*

*Ao meu filho Bruno,
que me ensina a ser mãe
me gratificando dia a dia.*

*Por fim, agradeço os caminhos
a que a psicologia me levou,
revelando minha
íntima sintonia com esta profissão.*

SINOPSE

O livro *Quando é necessário dizer não* trata da dinâmica das emoções gerada pela imposição do limite na relação entre pais e filhos.

Capítulo 1: *Final feliz*. Relaciona a educação familiar com a estrutura de características básicas para o sucesso.

Capítulo 2: *Quem é o imperador do lar?* Estabelece considerações sobre o patriarcado, o matriarcado e “filiarcado”.

Capítulo 3: *O fruto que sustenta a árvore*. Descreve a inversão de valores quando a hierarquia familiar é alterada.

Capítulo 4: *A nova ordem familiar*. Discute o resultado da interação entre pais repressores, permissivos e respeitáveis com seus filhos.

Capítulo 5: *Querer não é poder*. Trata dos desejos infantis e da importância de educarmos nossos filhos transmitindo-lhes a noção de que devem aprender a lidar com as frustrações.

Capítulo 6: *Os impedimentos desses mundos*. Descreve os impedimentos dos mundos interno e externo que impossibilitam a realização dos desejos.

Capítulo 7: *Reação emocional em cadeia*. Trata do processo que se estabelece no filho quando se vê impedido de realizar um desejo.

Capítulo 8: *O ator shakespeariano*. Aborda o mecanismo de defesa desencadeado após o sentimento de frustração.

Capítulo 9: *Tirando os pais do prumo*. Mostra o drible do filho para com o sentimento de raiva desencadeado pelo *não*.

Capítulo 10: *Abrem-se as cortinas e começa o espetáculo*. Mostra como o sentimento de impotência se desencadeia buscando um mecanismo de defesa que resulta em birra.

Capítulo 11: *Guerra é guerra*. Aponta para a última e derradeira tentativa do filho para desestabilizar a imposição do limite.

Capítulo 12: *Rumo ao topo*. Mostra como conseguir o desenvolvimento das quatro características básicas que levam ao sucesso.

Capítulo 13: *Esclarecendo as dúvidas*. Relata vários exemplos de atitudes a serem tomadas por meio de alguns questionamentos de pais.

Capítulo 14: *Ajustando o tom do não*. Descreve a clareza das regras na relação pais e filhos por meio de exemplos claros de atitudes a serem tomadas.

Capítulo 15: *Treinamento de guerreiros*. Finaliza mostrando a importância do amor, amizade, diálogo, respeito e responsabilidade para que pais e filhos possam crescer juntos.

PREFÁCIO

Como terapeutas de casais e de famílias, temos sugerido, constantemente, reflexões críticas sobre nossos sistemas de educação em todos níveis, especialmente o familiar. Não há como separar a educação familiar da formal, escolar e acadêmica; da sociedade, da política, ideologia e ética, sem nos tornarmos reducionistas e cegos a esta complexidade.

Quem são os ídolos atuais dos nossos jovens? Sem valores e idéias a serem conquistados, a vida vai perdendo o sentido evolutivo e a desilusão pode se instalar. A falta de perspectiva de futuro pode levar os jovens à presentificação, ou seja, tudo deve acontecer agora, num processo de consumir esta vida em seus apelos hedonistas, individualistas e angustiantes.

Há ídolos com ideais éticos? A hierarquia familiar é fundamental, não no sentido autoritário da família dos nossos avós, nem no sentido do sistema de permissividade de muitos pais de hoje, mas num processo no qual o respeito pelo outro, o controle dos impulsos, a criação de vínculos, a consciência de co-responsabilidade na vida, na saúde, na família, na cidadania e no sentido maior da humanidade, estão presentes e marcantes. Sem ética não há respeito, e sem respeito,

a consciência de humanização fica comprometida.

Os pais são ídolos de seus filhos? Modelos a serem imitados e admirados?

Mariangela Mantovani é mulher, mãe e profissional comprometida com estes temas e outros correlatos às famílias há muitos anos. Tenho tido o privilégio de acompanhar seu desenvolvimento e suas buscas incessantes de trabalhá-los no tripé família-escola-aluno, seja na F&Z, onde trabalhamos juntas, seja em congressos e outros cursos afins.

Este livro traduz, com a simplicidade de que ela é capaz, grandes conhecimentos e experiências como educadora e psicoterapeuta. Percebemos seu estilo forte, otimista e bem-humorado de falar para as famílias, dessas nossas famílias e com elas. Quem a conhece e com ela convive desfruta desse seu estilo de tornar leves e acessíveis assuntos delicados e sérios na área das relações familiares e educacionais.

Ampliar e enriquecer a noção de ser humano, seja no papel de filho, filha, pai, mãe, avós e educadores, é a meta final deste livro precioso e bem-vindo, especialmente nesta época, em que crimes hediondos praticados contra pais, avós e pessoas tidas como “diferentes” faz com que muitos pais se perguntem se, de fato, conhecem a agressão de seus filhos contra eles próprios. Crimes que rompem a ética moral, cultural e familiar, como os parricídios, apenas denunciam a ponta do *iceberg* dos dramas e crises de nossas famílias. Fala-se em psicopatias, distúrbios de personalidade, problemas neurológicos

congênitos, fatores genéticos e uso de drogas dos protagonistas desses cenários criminosos: os jovens assassinos. Mas eles dão parte de uma trama muito mais complexa, cujas nuances Mariangela vai decifrando, ilustrando e colocando no cotidiano das vidas familiares.

Quando é necessário dizer não! A autora denuncia, com esta questão, o que ela chama de *filiarcado*: o reinado de filhos em vínculos familiares e afetivos superficiais, com pouca noção das conseqüências de atos ilícitos, com insensibilidades diante das responsabilidades fundamentais para com a própria vida de seus entes, consangüíneos ou não. Com uma interação social que possibilita uma aprendizagem sobre o que é ser humano, com poucos limites éticos e hierárquicos, no organismo coletivo ao qual pertencemos, podemos nós — os pais, terapeutas e os educadores — estar criando jovens em gaiolas de ouro, excessivamente alimentados pela filosofia do “ter” e pouco do “ser”. Filhos criados com desprezo pelas obrigações familiares, sociais e de cidadania, sem empatia pelas pessoas e seus conflitos e diferenças, com dificuldades de controlar seus impulsos e frustrações; com auto-estima e amor próprio muito exacerbados, constitui um terreno fértil para a disfunção familiar.

Somos co-responsáveis: todos nós. E precisamos buscar subsídios para tal meta... sempre.

O que Mariangela nos proporciona nesta obra é essencial para este fim.

Desfrutemos, compartilhemos e reflitamos.

Ana Maria Fonseca Zampieri

Mestre doutora em psicologia clínica

Terapeuta de casais e famílias. Sexóloga — Psicodramatista

Diretora da F&Z Assessoria e Desenvolvimento

em Educação e Saúde S/C LTDA.

Membro da Associação de Saúde da Família — SP

INTRODUÇÃO

Nossa sociedade encontra-se chocada e estarrecida diante de uma população jovem violenta e sem limites.

Contamos hoje com uma inversão de valores em termos de hierarquia familiar. Do sistema patriarcal fomos para o matriarcado e agora estamos vivendo o FILIARCADO, em que os filhos mandam e os pais impotentes não conseguem mais desempenhar seus papéis. Ora, será que é o fruto que sustenta a árvore?

Os pais precisam agir com firmeza e autoridade em determinadas situações e devem saber que o limite traz sensação de segurança tanto para a criança como para o adolescente.

Este livro tem como objetivo orientar pais e educadores para agirem com assertividade em situações *em que é necessário dizer não*, e como conduzir a reação emocional que surge após a imposição de limites.

O resultado de anos de observação, estudos e pesquisas sobre qual reação cada atitude dos pais pode provocar no filho e vice-versa culminou na criação de um modelo denominado *dinâmica das*

emoções na relação entre pais e filhos, apresentado neste livro de forma alegre e descontraída.

Esta obra tem a expectativa de ser uma luz ao fim do túnel, dando subsídios para os pais, oferecendo-lhes parâmetros que possam norteá-los nesse processo difícil, porém gratificante, que é o de educar e estruturar os filhos para um futuro feliz.

“Há que se cuidar do broto para que a vida nos dê flor e fruto.”

Wagner Tiso e Milton Nascimento

FINAL FELIZ





Iniciei meus estudos sobre os limites em 1979, quando atuava como psicóloga, na função de supervisora comportamental, analisando o perfil e o desempenho dos funcionários da Companhia Suzano de Papel e Celulose em suas respectivas funções. Em seguida, atuei como instrutora para funcionários do grupo Votorantin, na cidade do Recife, ministrando treinamento em liderança.

Por meio dessa experiência pude comprovar que as pessoas de sucesso eram as que apresentavam algumas características básicas de liderança como: poder de decisão, visão estratégica, organização, relacionamento interpessoal positivo.

A experiência adquirida nesses anos permitiu-me adentrar no mundo educacional, desenvolvendo inúmeras palestras para pais e educadores dos Colégios Sacre Coeur de Marie, São Luiz, Santo Inácio, Nossa Senhora do Rosário e muitos outros. Atualmente desenvolvo atividades com a tríade: pais—educadores—alunos, realizando sociodramas construtivistas com os mais variados temas, proporcionando uma co-reflexão do fenômeno da educação num quadro mais amplo e menos fragmentário, encorajando uma atitude de co-responsabilidade entre família e escola.

Nestes anos de experiência como psicodramatista e terapeuta de casais e famílias, constatei que a maioria dos pais tem uma grande preocupação: estarão estruturando seus filhos de forma que lhes garanta um futuro melhor?

Nas minhas observações tenho concluído que as características de liderança citadas anteriormente são desenvolvidas na família desde a primeira infância e posteriormente na escola.



Quando educamos nossos filhos, desejamos, na verdade, um final feliz, ou seja, que se realizem com sucesso nos vários setores da vida, seja no amor, no trabalho, seja socialmente, tornando-os adultos seguros e confiantes.

Como tudo começa?

Uma criança que aprende a fazer a lição com alguém sempre ao seu lado e, por vezes, fazendo por ela, dificilmente se tornará segura de suas escolhas, terá sempre necessidade de alguém que decida por ela. É aquela velha história: “Ensine a pescar, não dê o peixe pronto”.

Desde cedo a criança pode e deve aprender a ser solidária no seu lar, como, por exemplo, guardando seus brinquedos e arrumando seu quarto. À medida que vai crescendo, sua responsabilidade se consolida. Pode começar a ganhar mesada, porém esta deve estar sempre atrelada a alguma tarefa que a torne merecedora, assim aprende a não ser folgada e preguiçosa.

Vejam na escola: quando a criança é solicitada a ajudar nas atividades da professora, ela sente, além de interesse, satisfação em mostrar sua capacidade e tem a oportunidade do aprendizado. O velho ditado: “Serviço de criança é pouco; quem o perde é louco”, confirma essa situação.

Alguns pais, ansiosos, não agüentam apenas encorajar seus filhos indicando-lhes o caminho para o acerto e acabam por realizar as tarefas por eles. Desta forma, tiram-lhes as oportunidades do aprendizado. Tal atitude leva à dependência e à falta de iniciativa. Então,



não seria melhor deixá-los cumprir suas responsabilidades e assim permitir que se tornem autônomos e independentes?

Outra noção importante é a de hierarquia, visto que esta traz consigo a idéia de respeito. Afinal, a base do bom relacionamento é saber respeitar o próximo, saber dividir e repartir.

A construção de uma personalidade que acredita que o seu direito termina onde começa o do outro é um processo longo e por vezes doloroso. A criança, inicialmente egocêntrica, vai gradativamente se sociabilizando e, diante das dificuldades que a vida lhe apresenta, percebe que não conseguirá viver sem saber conviver.

“A educação não é a única salvação, mas não há salvação sem ela.”

Paulo Freire

QUEM É O IMPERADOR DO LAR?





Na época da barbárie, 8000 a.C., a humanidade vivia na forma de comunidade, ou seja, não havia os papéis de pai, mãe e filhos. Todas as crianças eram filhas da comunidade e, portanto, todos os membros de tal comunidade eram responsáveis pela educação delas. Existiam hábitos, tais como caçar, pescar, pegar raízes etc., que serviam para a sobrevivência de todos, e estes eram realizados com igualdade. Com o passar dos tempos, foi-se descobrindo que dentro das tribos existiam homens mais fortes e outros mais fracos. Algumas tribos saíam para caçar trazendo maior quantidade de búfalos e outras conseguiam animais de pequeno porte para serem armazenados para o inverno castigante da época. Aparecem, então, os primeiros sinais de competição. Para uma tribo emprestar alimentos era preciso receber em troca indivíduos para trabalhar ou se casar com jovens da tribo considerada mais forte.

Os homens passaram a considerar a força física como algo que os tornava mais poderosos. Com isso, adquiriram o sentimento de posse das coisas conquistadas. Daí para frente foi surgindo a necessidade de saber quem era o pai da criança, já que somente a mulher sabia que o filho era seu. Então o homem passou a exigir que a mulher que se relacionasse sexualmente com ele fosse virgem, fosse só dele e lhe desse o primeiro filho homem.

Assim começou a se formar a instituição familiar, com pai, mãe e filhos, que sofreu grande influência, mais tarde, com a chegada do cristianismo. Somente o homem ocupava cargos de poder, somente ele era apóstolo, profeta, sacerdote; no estado, apenas os homens davam



opinião, trabalhavam no comércio e ganhavam dinheiro. A mulher não opinava em absolutamente nada e servia apenas para ser mãe. Com isso, vivemos durante muitos séculos no sistema chamado *patriarcal*, no qual o pai resolvia tudo no lar; a esposa e os filhos obedeciam.

Séculos depois, começaram as lutas pelo poder feminino e muitos foram os conflitos. Algumas décadas atrás, com o advento da pílula anticoncepcional e com a entrada do sexo feminino no mercado de trabalho, *o matriarcado* tentou criar mais força com a mulher conquistando certa independência e autonomia, passando a decidir sobre sua vida e a dos filhos.

Tal fase durou muito pouco e agora estamos numa era em que a tecnologia trouxe e continua trazendo uma grande e rápida transformação. Os meios de comunicação fazem com que a informação atravessa o mundo em segundos. Os filhos parecem saber muito mais que os pais e confrontam os mais velhos com um poder tamanho que os deixam absolutamente impotentes. Os pais têm receio de reprimir as crianças e os jovens; parecem não saber educar, sentem-se perdidos. Pois bem, agora chegamos no que podemos chamar de *filiarcado*: os filhos mandam e estamos conversados.

É a geração do *quero porque quero*. Até parece o filme “Aperte o cinto que o piloto sumiu”.

A sociedade atual é extremamente dinâmica, com uma tecnologia avançada que altera valores, comportamentos e instaura uma



nova ordem social; tudo isso sem fazer muito alarde, feito a aproximação de um predador que não avisa o bote. Como não ficar inseguro com tantas linhas de pensamento desencontradas, principalmente em relação à educação dos filhos! Como devemos tratá-los? Bater não pode, afirmam os entendidos. Porém diz o ditado: “Pé de galinha não mata pintinho”; proibir, aceitar, relevar, perdoar, castigar ou permitir? Oh! Dúvida cruel!

Bem-vindos ao mundo do *filiarcado*, tempo das incertezas dos pais que, perdidos, deixam uma avenida aberta para que seus pimpolhos nela trafeguem com desembaraço, pisando bem fundo no acelerador.

PATRIARCADO: A mãe responde: “Seu pai resolve!”

MATRIARCADO: O pai responde: “Pergunte a sua mãe!”

FILIARCADO: O filho é quem resolve.

Hoje quem mandam são os filhos e, acoissados, os pais não sabem qual rumo tomar. Crianças e jovens são espertos, falantes, movidos a adrenalina; desenvolvem um raciocínio inquietante junto aos heróis de *Dragonball* e *Pokemon*. Nós até ficamos devendo favores, pois são eles que entendem de computador, entram na internet, conhecem coisas do mundo inteiro. São danados, persuasivos, manhosos e birrentos, vencendo-nos quase sempre pelo cansaço, valendo-se da arma mais



poderosa e traiçoeira de que dispõem: o nosso profundo amor por eles.

E é por isso que quando nos ajoelhamos, ao orarmos a Deus, suplicamos: “Bondoso e amado Nosso Senhor, faça descer uma luz sobre minha cabeça. Como devo agir dentro da minha casa para que eu consiga governar esse reino com sabedoria, sem ter de sair pelos cômodos distribuindo bordoadas?”.



Imagine um jogo de futebol sem juiz com os dois times, evidentemente, querendo ganhar. Seria impraticável, até porque o desejo de vencer cega o bom senso, ou seja, quando entra em campo a paixão, a prudente razão sai escorraçada.

Certa vez, numa das minhas aulas sobre auto-estima, tivemos de resolver uma briga entre alguns alunos que havia ocorrido durante um jogo de futebol. Solicitei que formássemos uma cena psicodramática da situação. Os alunos envolvidos representaram seus personagens dentro da cena do jogo, até o momento em que ficou estabelecido que não haveria juiz arbitrando a competição e que a regra era não ter regras, ou seja, “vale tudo” ou “se correr o bicho pega, se ficar o bicho come”. Então começou a pancadaria. Nesse momento pedi que congelassem a cena como estátuas. Aos alunos que não estavam envolvidos no jogo, os espectadores da cena, pedi que dissessem o que estavam percebendo. Uma das alunas disse: “Como pode um jogo sem juiz?”. Uma outra colega comentou: “Nunca vi jogo sem regras!”. Solicitei, então, que os protagonistas descongelassem a cena e se sentassem ao chão, permanecendo próximos. Perguntei a eles o que achavam das brigas que temos assistido nos campos de futebol. Responderam em coro: “Um horror”. Levantei o seguinte questionamento: “você parece compactuar com algo que vocês mesmos reprovam, ou seja, parece ser coniventes com uma sociedade que tem aprendido a resolver seus problemas com violência, fazendo justiça com as próprias mãos. Consideram muito positivo que não possamos nem ao menos assistir a

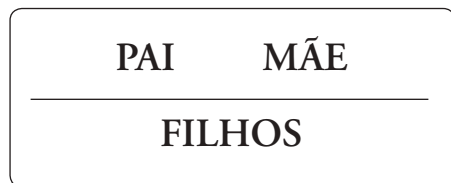


jogos nos estádios por medo de tanta agressividade?” . Pudemos, então, conversar e compreender juntos a importância da existência das regras e da hierarquia para que elas sejam respeitadas.

Toda organização social tem uma estrutura hierárquica, desde uma gangue de rua até um conglomerado empresarial, e conforme sua complexidade há vários níveis de liderança. Por que, então, dentro de casa e das escolas deveria ser diferente? Como diz o ditado: “Manda quem tem poder e obedece quem tem juízo” .

Quando dois adultos de sexos opostos se unem com o propósito de formar uma família, depois de casados, já na condição de marido e mulher, estabelecem tarefas complementares objetivando o bem comum. Com o nascimento dos filhos, nos papéis de pai e mãe, integram-se no esforço conjunto de construir uma fronteira de proteção contra as interferências externas, formando, assim, um abrigo de cumplicidade entre si que possa dar apoio emocional um ao outro sem perderem a privacidade e a hierarquia familiar funcional. Vejamos o modelo abaixo:

Quando estudamos a família, verificamos que para ela fun-



FRONTEIRA



cionar de forma saudável, é necessário que haja uma fronteira clara entre pais e filhos. Essa fronteira pode ser flexível ou até aberta, porém nunca deixar de existir. Exemplo:

PAI-MÃE

FILHOS

PAI-MÃE

FILHOS

Na família pode e deve ser desenvolvida uma democracia, ou seja, deve haver, sempre que possível, um diálogo franco e ético, porém pais e filhos devem compreender e aceitar que o uso diferenciado de autoridade é um ingrediente necessário para o desenvolvimento e crescimento de todos. Os problemas devem ser resolvidos como num acordo consensual, mas a complexidade das situações pede que um líder se estabeleça. Ora o pai, em função da capacidade individual, pode ter a última palavra acatada por ser considerada pelos demais a mais prudente e sábia. Ora a mãe, com sensibilidade, apresenta solução mais adequada. E, por vezes, os pais, ouvindo os filhos, tomam a decisão que convier. Dançando conforme a música, sempre objetivando o bem comum, marido e mulher, sempre numa completude, vão assumindo as decisões finais.

Sabemos que ninguém é dono da verdade, até porque duas cabeças pensam melhor do que uma; e às vezes ocorrem momentos em que o casal pode necessitar da ajuda de terceiros, como de um psicólogo, por exemplo, mas lembrando sempre que quem manda no lar é o casal.

Quando falamos em autoridade as pessoas logo pensam em repressão, mas isto nem sempre é verdade. A grande maioria dos



sistemas é arquitetada de forma que a cúpula acabe sendo ocupada pelos membros mais competentes e experientes. É lógico que podem ocorrer equívocos, porém alguém discute a importância de um técnico na condução de um time? Ou de um engenheiro para orientar o trabalho de uma equipe de pedreiros na construção de uma obra? Ou não deve o professor manter a disciplina dentro da sala de aula possibilitando seu bom andamento?

A vida é um processo de absorção de conhecimentos que nos leva à sabedoria; portanto, devemos respeitar aqueles que viveram mais, não menosprezando a experiência adquirida. Seria um absurdo uma criança que mal “saiu das fraldas” ser alçada a uma condição de supremacia, na qual seus desejos direcionassem os rumos de uma casa, sobrepujando os anseios dos pais. Contudo isto acontece com muita frequência. Vamos dar um exemplo comum: a família vai para o supermercado com os filhos de contrapeso. Os pais devem se preparar para ouvir o tempo todo: “Compra? Compra? Só este brinquedinho e este chocolate”, tudo acompanhado de birra, artimanhas, dengos, olhares culposos e sem falar do berreiro. E os pais não podem dizer *não*. Uma concessão aqui, outra ali e as crianças antenadas nos comerciais de televisão, ligadas na internet, vão para o supermercado com uma lista maior que a do mês, a qual a mãe fez com todo cuidado.

Na hierarquia esfacelada, na ordem deturpada, os filhos tomam o poder, usurpando a coroa do imperador. É o fruto que sustenta a árvore?



O que fazer? Ensine seu filho a não ter tudo o que quer. Você não precisa ser bravo, gritar, aprontar berreiro igual ao dele, nem bater. Você deve falar firme, assertivamente e sem culpa, marcando sua presença como pai e mãe. Seu filho vai apreciá-lo e admirá-lo, percebendo sua segurança, calma e decisão. Ele precisa, quer e espera que você diga *não*.