

# NOSSA INFÂNCIA, NOSSOS FILHOS

COMO ACOLHER A CRIANÇA  
QUE TEMOS DENTRO DE NÓS  
PARA EDUCAR COM MAIS  
CONEXÃO E RESPEITO.

**THAIS BASILE**

# PARTE 1

## NOSSA INFÂNCIA E COMO ELA INTERFERE NA NOSSA PARENTALIDADE



## 1.1 - TUDO QUE NOS FEZ QUEM SOMOS

Em minhas palestras pelo Brasil, quando começo a falar de infância e de uma educação com menos violência verbal e física, é comum que alguém afirme que se tornou a pessoa que é por conta das surras, castigos e palmadas que levou.

Nós fomos criados numa sociedade punitivista. Acreditamos que é preciso pagar pelos erros antes de aprender com eles. Mas, sempre que ouço que foram as palmadas que nos formaram, fico pensando no tamanho da injustiça que estamos cometendo com o amor.

Porque não foram os gritos enfurecidos, os chinelos voadores, os beliscões embaixo da mesa que nos permitiram crescer e nos desenvolver. Foram os abraços quentes antes de dormir. Foram o olho no olho e os beijinhos em nossa bochecha quando éramos apenas bebês. Foram o colo e o cavalinho. Foi a comida preparada com todo o esforço, foi a garra para nos colocar na melhor escola possível. Foi, em muitas famílias, o deixar de comer um bife para que nós pudéssemos comê-lo. Foram o ombro oferecido e a mão passada com carinho no queixo. Foram o cheiro dos lençóis limpinhos, a curiosidade para saber se estava tudo bem e o cuidado ao pentear nosso ca-

belo. Foram as escolhas difíceis pensando em nossa segurança. Foram os valores morais e o respeito que nós vimos os adultos demonstrarem pelos outros.

Nenhuma infância foi somente linda, nem somente terrível. Em graus diferentes, todas tiveram belezas e dores. Mas não é justo dizer que foram as palmadas e as violências que nos deram a base para sermos quem somos e para podermos nos relacionar e até amar nossos filhos. Foi o amor que tivemos de nossos pais que nos permitiu viver, crescer e nos desenvolver.

Sobrevivemos e nos desenvolvemos, aprendemos a amar, mas muitas vezes demonstramos esse amor - inclusive o amor por nós mesmos - de formas violentas e condicionais. Aprendemos a amar, mas somos completamente analfabetos em termos de nosso mundo interno, de nossas emoções. Não nos conhecemos muito bem e não temos uma relação de intimidade conosco. Aprendemos a amar, mas não a nos relacionar bem. Reagimos mal, brigamos, gritamos, surtamos, nos escondemos, negamos, mentimos, culpamos, cedemos, disputamos - e não sabemos por quê. Muito se fala de inteligência emocional, mas pouco tivemos de ensinamento sobre ela, no dia a dia, porque isso é muito novo.

Então, tenha em mente que este é um livro que vai focar bastante no que nos faltou. E eu faço isso porque, para além de criar pessoas que sobrevivem e se desenvolvem, nossa geração tem uma grande oportunidade, quase um dever, de formar pessoas mais preparadas emocionalmente do que nós. Por que grande? Porque hoje temos muito mais informações do que as gerações passadas tinham. Temos a neurociência, as teorias da aprendizagem, a inteligência emocional, a psicanálise e a evo-

lução das teorias psicológicas com pesquisas sérias subsidiando-as.

Somos meio que barcos sem capitães quando se fala de emoções. Para comprovar isso, basta entrar em qualquer portal de notícias e dar uma olhada nos comentários. Há pessoas que não se conhecem se atacando, se xingando, disputando, ameaçando. Existem números altos de ansiedade crônica e depressão e muita distância emocional, apesar da sensação de estarmos sempre rodeados de gente. A violência física e a emocional estão completamente banalizadas. Isso também se aplica à nossa relação com as crianças. Quando nos tornamos pais e mães, nosso mundo interno acaba sendo refletido neles: vemos neles características nossas que não aceitamos, ou seja, vemos nossos filhos reagindo da mesma maneira como reagimos. Isso esbarra em dores e faltas que vão precisar ser olhadas e elaboradas - preenchidas.

Este primeiro capítulo é todo baseado em reconhecer nossa realidade: nossas necessidades e faltas enquanto crianças que fomos, para entender as consequências que isso tudo traz à nossa maneira atual de sermos mães e pais. Muitos de nós, quando fazemos isso, mesmo que só mentalmente, sentimos muita culpa. É como se estivéssemos traindo nossos pais, nossa família ou nossos cuidadores, ao reconhecer os problemas emocionais oriundos de onde crescemos.

O problema de viver numa fantasia - colocar os pais num pedestal, onde eles são pessoas imaculadas, sem erros, ou o outro lado dessa história: enxergá-los como os vilões de nossa vida - nos faz ficar presos nessa mesma infância que queremos ressignificar. Eles não são mocinhos nem vilões; são pessoas

que fizeram seu melhor, mas que nasceram numa época muito mais emocionofóbica que a nossa; estavam muito mais preocupados com a sobrevivência da família, porque provavelmente enfrentaram muito mais mazelas sociais do que nós. O que era necessário para ser um bom pai ou uma boa mãe, antigamente, não é o que nos exigem nos tempos atuais. Não podemos cobrá-los por conhecimentos que estão disponíveis somente hoje. Não se esqueçam de que as recomendações de palmadas e surras vinham - pasmem! - dos profissionais da época. Nossos pais são grandes, nos deram a vida. É preciso reconhecer nossas faltas sem transferir a eles a culpa por elas. Tudo bem assumir que algumas coisas não foram fáceis para você, provavelmente também não foram fáceis para eles. Tudo bem ter existido caos, também houve beleza.

Não raro, não conseguimos passar o sentimento de amor incondicional, na prática, para nossas crianças, porque nós mesmos ainda estamos carentes desse amor incondicional: de sermos ouvidos, considerados, pegos no colo, afagados, amados como éramos e como somos. Porém, essas faltas não serão mais preenchidas por nossos pais - eles já nos deram o que podiam. Precisamos trabalhar nós mesmos em nosso sentimento de autoamor e merecimento, pois ninguém pode ser responsabilizado por nossa felicidade e evolução. O trabalho agora é nosso.

Crianças que foram amadas condicionalmente se desenvolvem, mas se tornam adultos que não acham que merecem amor por serem quem são e que não se relacionam bem consigo mesmos e com os outros. Se não trabalharmos isso em nós enquanto adultos, será difícil acreditar que nossos filhos

merecem amor simplesmente por serem quem são. Por consequência, continuaremos condicionando nosso afeto e nossa aceitação somente aos comportamentos desejáveis deles. No segundo capítulo, vamos falar mais sobre esse trabalho em nós mesmos, o qual chamo de reaprender.

Vale dizer que é preciso deixar de lado as expectativas de que uma educação respeitosa vai livrar nossos filhos de dores, ou seja, de que não vamos feri-los. Se temos essa expectativa, é porque ainda não lidamos bem com nossas próprias dores e feridas. Somos humanos, erramos; ferir-se é parte de viver. O importante é darmos aos nossos filhos oportunidades de eles se conhecerem melhor, se sentirem merecedores de amor e se recuperarem de suas quedas. Também não educaremos com conexão e respeito com o intuito de modelar crianças perfeitas e sem erros. Isso é uma fantasia de nossa própria criança ferida, que entende que o que a fez sofrer foi a própria imperfeição. Nossos filhos terão características que não esperávamos que tivessem; errarão e nos mostrarão seu pior e seu melhor lado. Eles são humanos, como nós.

Pais que se humanizam criam filhos que se humanizam. Pais que se conhecem, se aceitam, veem seus erros como grandes professores e buscam aprendizado criam filhos que se permitem fazer o mesmo.

## 1.2 - OS LIMITES E A EDUCAÇÃO TRADICIONAL

Quando falamos de educar, disciplinar e ensinar crianças, a primeira coisa que vem à cabeça dos pais e cuidadores é a pergunta “Como colocar limites?”

A crença de que crianças são seres maldosos, naturalmente sem limites, que agem conforme suas próprias regras e saberes e que levantam da cama justamente para nos tirar do sério, nos manipular e nos testar, infelizmente ainda é muito difundida e vem passando de geração a geração. Foi o que aconteceu quando minha filha, então com dois anos, começou a se “comportar mal”. Eu passei a reproduzir tudo o que me foi ensinado pela sociedade sobre crianças e disciplina, ou seja, tudo aquilo que eu, você, e grande parte de todo mundo vivemos na pele, na infância.

A Lorena chorava de esgoelar para entrar no banho. Quando, depois de muita luta, eu conseguia colocá-la dentro do box, vinha a segunda parte da briga: a luta para sair do banho, que tinha se tornado a coisa mais legal do mundo depois da choradeira e do show de berros que eu dava para fazê-la entrar. Essa parte do dia era sempre uma guerra, ou pelo menos, era assim que eu a via.

Outra situação recorrente com minha filha era a dificuldade de ir embora dos locais em que ela gostava de estar. Há um parque aqui perto de casa, onde a levávamos para brincar, correr e ter contato com a natureza. Depois de muitos avisos - que eu achava que seriam suficientes para convencê-la a ir embora pacificamente - vinham a gritaria, os choros descontrolados, o corpinho se retorcendo no chão, todo mundo olhando com aquele olhar julgador de só-a-sua-filha-faz-isso, meu marido estressado, e eu apertando os bracinhos dela com raiva para ela se calar enquanto a arrastava para o carro. Era comum, de minha parte e do meu marido, sermões, ameaças vazias de “nunca mais vamos sair se você se comportar assim”.

Eu tive muita dificuldade com a alimentação. Acredito que era esse o momento em que eu mais me descontrolava. Ela não era uma criança que comia mal, que preferia lanchinhos ou leite à comida; ela simplesmente não comia e perdia peso. Como não fui orientada corretamente por profissionais nesse quesito, eu simplesmente fazia o pior que eu poderia ter feito: obrigava-a a comer com ameaças, brigas e raiva desmedida. Ela se assustava muito e, obviamente, nesse clima de batalha, comia menos ainda. Quando a Lorena estava nesse estado, perdida em choros e berros, tornava-se mil vezes mais forte do que era. Em outras situações, tinha um olhar perdido enquanto chorava. Eu sentia que ela olhava através de mim e não conseguia ouvir o que eu falava. Claro que meus berros e descontrole só a faziam chorar mais alto e sentir mais desalento e insegurança.

Depois, em exaustão, nós duas desistíamos, ou ela desistia primeiro, o que eu entendia como “vitória”. De tudo isso,

restava a ressaca emocional da mãe que não queria agir assim, mas agia, porque achava que não havia outro jeito. Os padrões inconscientes de minha infância e a maneira como a sociedade incentiva e reforça essa educação punitiva me cegavam para outras maneiras de ver e sentir a situação com minha filha. Eu só não sabia disso, ainda.

Algo acontecia comigo. Eu, que não acreditava em educar com punição física, que achava que nunca iria perder a cabeça a ponto de gritar com os olhos saltados de ódio, que sempre defendi que crianças são gente, me peguei agindo diferente de tudo aquilo em que acreditava racionalmente. Era como se tudo desaparecesse do meu racional e só sobrassem minhas emoções, que eu absolutamente não entendia e com as quais não sabia lidar. Descontava tudo nela. Eu realmente achava que a minha filha **podia** agir melhor e estava **escolhendo** agir pior.

É lógico que não tenho nenhum orgulho desses tempos, mas também não tenho mais vergonha. Se eu não tivesse tanto medo do Conselho Tutelar bater na minha porta por causa dos meus gritos, eu não teria feito nada a respeito disso.

Resolvi, então, marcar uma reunião com a psicopedagoga da escolinha da época, que categoricamente me disse que a criança de dois anos estava me manipulando. E eu, que já trabalhava com comportamento havia muitos anos, respondi, com uma pulga enorme atrás da orelha: “Mas como ela pode estar me manipulando, se eu **nunca** dou o que ela quer, que no caso é ficar mais tempo no parque, não tomar seu banho ou ficar sem comer? O pressuposto básico da manipulação não é conseguir o que se quer? Ela não consegue, e continua esperneando, se

jogando, berrando. “Por quê?”

A profissional não me respondeu. A posição dela apenas reproduzia crenças muito antigas e equivocadas da educação tradicional, o que só vim a confirmar depois.

Por que eu estou contando isso tudo logo no começo do livro? Para evitar ao máximo me colocar acima do bem e do mal, como uma especialista que tem todas as respostas ou como uma pessoa paciente por natureza. Todos, repito, **todos** nós estamos sujeitos a reproduzir o que vivemos e o que o senso comum acredita ser o correto, mesmo que não seja o melhor que podemos fazer. O importante é que estamos em constante aprendizado nesta vida; e me pergunto qual seria o sentido dela, se não fosse assim. Este livro não vai seguir nenhuma teoria à risca, cem por cento, mas vai reunir o melhor de cada teoria que coloquei em prática em minha vida e levei para a vida de outras mães e pais.

Este livro não vai lhe ensinar nenhum protocolo de normas; ele apenas relata minha experiência e meu aprendizado, o que ensinei e aprendi com muitas famílias e com muito estudo. Este caminho tão novo - a educação consciente e respeitosa no Brasil - é o que eu chamo de “Educação para a Paz”. Todo o processo de questionamento começa por nós mesmos. Por favor, não siga ninguém que não faça isso e que não afirme que é preciso trabalhar em si mesmo. Somos todos humanos, errantes, estamos sempre nos reinventando. Essa transformação é, além de benéfica, essencial para nós e para nossos filhos.

A educação tradicional, que a psicopedagoga apenas reproduziu quando fui pedir ajuda dela, é a mesma educação

que vem perpetuando uma distância enorme entre adultos e crianças e que, conseqüentemente, causa uma distância enorme entre a criança e ela mesma. Nossa infância, mesmo que tenha tido partes maravilhosas, deixou marcas tão profundas que muitas vezes nem nos atrevemos a olhar para ela - apenas seguimos reproduzindo essas mesmas distâncias e marcas.

### **FALTA OU EXCESSO DE LIMITES?**

Nós aprendemos que as crianças precisam de muitos limites, certo? Mas quero deixar aqui uma questão: não sofreriam as crianças exatamente de excesso de limites? Dos limites emocionais de nós, adultos, das dores das nossas próprias infâncias, que nos fazem reproduzir as mesmas violências no trato com nossos filhos? Do limite de tempo de qualidade conosco, do limite de presença, de não conseguirmos estar com a cabeça no agora, e sim “lá longe”, no passado ou no futuro?

As crianças já são muito limitadas pela falta de conhecimento que seus pais e cuidadores têm sobre as fases da infância, sobre o que esperar efetivamente delas em cada idade e sobre como funciona seu tão potente, mas tão imaturo cérebro; são muito limitadas por problemas que descontamos nelas, por comparações com seus irmãos e com outras crianças, pelo ambiente carregado de conflitos - mesmo silenciosos - pela falta de conexão emocional conosco, por falhas de comunicação, por nossas culpas, por descaso. Estamos querendo limitar crianças já muito limitadas, exatamente porque também fomos muito limitados por problemas parecidos, lá atrás. Isso

não pode dar certo, como realmente não vem dando. Crianças reagem a tudo isso, e reagem mal, porque ainda não sabem expressar seu descontentamento e sua confusão com palavras, então expressam em ações.

Para além desse excesso de limites que nossa infância tem em comum com a infância de nossos filhos, ainda existem as novidades do mundo atual: os limites do emparedamento, que os tranca em pequenos apartamentos e casas e não permite que brinquem livres na rua, na natureza. Os limites da parentalidade distraída, por estarmos presos a nossos celulares, laptops e tablets, o que traz um sentimento real de abandono às crianças. Os limites da exigência de boa performance acadêmica cada vez mais cedo, o conteudismo das escolas, que cada vez mais criam pessoas para o mercado de trabalho e não para se desenvolverem e evoluírem enquanto seres pensantes e únicos. É muito com que lidar. E seguimos ouvindo e propagando o discurso de que precisamos piorar mais ainda a vida das crianças, com castigos e punições, para que aprendam. De verdade, faz sentido?

Não estou advogando não ensinar, não dar contornos. Negligência e permissividade não podem ser as saídas na outra ponta desse espectro. Quando, por termos sofrido por conta do excesso de rigidez, vamos para o outro extremo - o da permissividade ou da negligência, então deixamos a criança totalmente solta e acabamos criando pessoas despreparadas para se relacionarem com o outro, com frustrações, com problemas da vida real, pessoas com pouca empatia e baixa autoestima. Porém, aprender a refrear um comportamento indesejado usando a vergonha, a ameaça, a punição e o medo não me parece ser

o caminho mais ético, mesmo que “funcione”. É o caminho do meio que precisamos conhecer e começar a praticar.

Quando ficamos focados em impor limites, não conseguimos olhar para a outra ponta desse espectro, que é ajudar a criança a conhecer seus próprios limites. Se exigimos que a criança sempre obedeça cegamente, fique quietinha ou faça as coisas como queremos, ela não vai saber como lidar com sua preguiça, com o desrespeito do outro, com seu cansaço, porque não estamos focados em ajudá-la nisso. O foco na imposição de limites também a impede de aprender a lidar com a frustração natural de não poder fazer certas coisas ou agir de determinadas maneiras.

### **O QUE É A DISCIPLINA QUE 'FUNCIONA'**

Aprendemos que a disciplina que funciona é aquela que faz parar, na hora, o comportamento que acreditamos ser desajustado. Digo “acreditamos” porque a grande maioria dos comportamentos das crianças é apenas normal para a idade, ou são reações a todos os limites exagerados que listei acima. O comportamento da criança, nesse caso, é um sintoma.

As crianças se comportam de maneira desafiadora por uma gama de motivos: por não terem suas necessidades físicas satisfeitas, como sono, alimentação, higiene; por não terem suas necessidades emocionais satisfeitas, como a presença afetiva do adulto, tempo de qualidade juntos, interações sociais positivas, segurança emocional, acolhimento, reconhecimento, pertencimento; por não terem suas necessidades motoras

satisfeitas, de movimento, de brincar livremente, de natureza; por estarem reagindo a conflitos, mudanças na rotina; e por estarem reagindo a nosso mundo emocional não verbalizado ou a nossos padrões de comportamento.

O adulto tem medo de perder o controle da vida da criança talvez por não ter muito controle da sua. Lembra o barco sem capitão? - e por isso usa o controle exageradamente, esperando que o comportamento pare naquele momento. Com esse tipo de disciplina, esquecemos o que efetivamente queremos ensinar, só estamos preocupados com o momento presente. Deixo algumas questões: É possível ensinar autorregulação usando gritos e punições físicas? É possível ensinar respeito, desrespeitando o corpo e a integridade da criança? É possível ter uma relação verdadeira e honesta com a criança que vai crescer já já e se tornar um adulto, sem que a consideremos e respeitemos no hoje? Nós queremos que ela escolha estar perto de nós quando adulta porque se sentirá acolhida e segura, ou apenas por obrigação? Que tipo de relação estamos construindo? Sei que essas são reflexões doloridas, mas não se engane: todo crescimento traz dor.

O ciclo do mau comportamento da criança, que é causado por uma necessidade não atendida ou por sobrecarga, acontece quando o adulto não consegue entender nem atender a necessidade que está atrás do comportamento. Ele então pune a criança, e o afastamento desse adulto e dessa criança vai aumentando, assim como aumentam as chances de a criança se comportar mal, porque suas necessidades de conexão, importância e pertencimento ainda não foram sanadas. É o ciclo do horror, que acontecia na minha casa e provavelmente acontece na sua.

Claro que não queremos esse afastamento. Nenhum pai e nenhuma mãe com quem já trabalhei queriam deliberadamente prejudicar seus filhos, mas infelizmente era isso que acontecia quando eles tentavam prioritariamente fazer o comportamento sumir, olhando somente para o curto prazo, sem perceber as causas desse comportamento nem atuar nelas. Muitos fazem isso porque estão inconscientemente repetindo a educação que receberam, além de conscientemente não saberem fazer diferente.

Compre agora:

[www.editoramatrescencia.com](http://www.editoramatrescencia.com)

