

Compreendendo a infância é uma série de pequenos textos escritos por experientes terapeutas de crianças na Inglaterra, para ajudar a esclarecer os sentimentos e visões de mundo infantis e adolescentes e assim auxiliar os pais, familiares e profissionais.

Folhetos eletrônicos em português disponíveis em www.usp.br/ip. Clique em Laboratórios e em seguida em Laboratório de Estudos da Família, Relações de Gênero e Sexualidade. Ou em Serviços e em seguida em Serviço de Atendimento a Famílias e Casais.

Este folheto foi originalmente publicado pelo Child Psychotherapy Trust.

Folders disponíveis em inglês em: www.understandingchildhood.net

www.understandingchildhood.net

Coordenação da tradução brasileira: Laboratório de Estudos da Família, Relações de Gênero e Sexualidade do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

Ciúmes entre irmãos

A chegada de um novo irmão ou irmã

Se você tem mais de um filho com menos de cinco anos, provavelmente conhece bem os problemas de ciúmes entre irmãos. Algumas vezes casais que passaram por um ajuste relativamente fácil ao seu primeiro filho ficam completamente exauridos com a experiência de um segundo.

Independente de quais sejam os arranjos práticos e a exigência física, não se deve subestimar a turbulência emocional causada pela chegada de um novo membro à família. À sua frente encontra-se uma tarefa muito mais complexa e com muito mais exigências, para administrar as necessidades físicas e emocionais da existência com um novo filho. As necessidades das crianças geralmente entram em conflito e a tarefa contínua de compreensão, gerenciamento e negociação serve para testar os pais até o limite.

A chegada de um novo bebê

Os pais lidam com a chegada de um novo bebê de maneiras muito diversas, que incluem diferentes emoções e expectativas. Você provavelmente sentirá uma mistura de excitação e apreensão. Suas esperanças e desejos em relação às suas crianças estão relacionados às suas próprias experiências infantis. A mãe que teve como irmão mais velho uma pessoa intimidadora, por exemplo, terá a esperança de que sua filha de 18 meses encontre sua melhor amiga ou amigo em sua irmã ou irmão mais novo, exatamente o que ela nunca teve. O pai que foi filho único talvez não se conscientize de que seu filho de um ano poderia nem se importar com a chegada de um novo bebê na família.

Folheto útil para a compreensão da infância

Seu bebê, sua família e você



Não podemos esquecer que são os pais que decidem se vão ter um outro filho - não a irmã ou irmão mais velho. A opinião deles não conta e aquilo que, para você, representa uma fonte de felicidade, pode não ter para o seu filho ou filha qualquer significado.

Preparando seu filho

Mesmo sem terem sido informadas da gravidez, a maioria das crianças percebe uma atmosfera de preocupação e toda a alteração no foco de interesse dos pais. Quando a gravidez já está bem desenvolvida e você já se sente disposta a compartilhar as novidades, o melhor é contar tudo para o seu filho. Mas ao contar-lhe as novidades, saiba que ele não compreenderá plenamente o que significará esse novo bebê na família, muito menos o fato de ter que compartilhar o seu afeto com o novo irmãozinho. Isto torna algumas crianças apreensivas e mal humoradas, tentando reverter seu comportamento à época em que era bebê e/ou apresentando um comportamento difícil. Algumas crianças ficam com muito medo de

serem “deixadas de lado” por causa do novo bebê. Tudo isso é totalmente normal, faz parte do ajustamento à nova situação, mas requer muita paciência e compreensão de sua parte. Também é normal que uma criança fique empolgada e feliz com a chegada do novo irmãozinho.

Você pode ajudar muito na preparação de seu filho para enfrentar essa experiência. Ao falar dos aspectos positivos, compartilhe, também, as futuras dificuldades. Um bebê novo consome muito tempo, chora muito e vira o mundo de todos do avesso.

Seu filho pode querer voltar a ser bebê de novo por algum tempo, e não ser mais o irmão mais velho. Ele precisa saber que não faz mal se não se sentir maravilhado com a chegada do novo irmãozinho, se tiver ciúmes e ficar zangado sempre que as suas necessidades ficarem em segundo lugar. Você precisa fazê-lo sentir-se amado.

Os arranjos para o nascimento

O seu primogênito precisa sentir-se amado e apoiado por outros membros da família no momento em que seus pais – e principalmente sua mãe – estiverem menos acessíveis. As preparações relativas aos cuidados com seu filho mais velho no momento em que o novo bebê vai nascer são essenciais. Com quem ele vai ficar durante esse tempo? O que acontecerá se você tiver que ficar mais tempo no hospital? O que é melhor para seu filho nesse período?

Nessa situação, ajuda poder contar com o apoio de parentes ou amigos experientes. É importante que todo o seu círculo mais chegado saiba quais são os planos feitos por vocês e os arranjos para evitar tanto separações muito prolongadas como locais novos e pessoas estranhas tomando conta de seu filho nesse momento de tantas mudanças.

Folhetos úteis para a compreensão da infância

Paternidade

Os avós e o círculo familiar mais amplo

Trocando os lugares

Todos na família têm que fazer grandes ajustes com a chegada do novo irmãozinho. O que era costumeiro pode mudar da noite para o dia: o filho único passa a ser o irmão ou irmã mais velho(a) e o novo irmãozinho se torna o caçulinha.

É prudente entendermos que certos sentimentos a esse respeito possam durar por muito tempo, às vezes toda a vida. A maneira pela qual nos sentimos em relação a nossos irmãos é um fio condutor poderoso que nos acompanha por nossa vida e que pode, facilmente, vir à tona em diferentes momentos.

Para muitas crianças – e não importa todo o cuidado dos pais em prepará-las para esse acontecimento -, um novo irmãozinho fica sendo para sempre um choque. Elas esperavam um novo coleguinha e quem chega mesmo é um bebê real, vivo, que chora, que precisa de muitos cuidados e que é muito exigente.

Para o primogênito, a realidade cruel de um novo irmãozinho demonstra que ele deixou de ser o centro do universo para seus pais.

Ciúmes entre irmãos

É natural e normal que o filho mais velho apresente demonstrações de ciúmes, ressentimento, insegurança, raiva e infelicidade como resposta ao nascimento do novo irmãozinho.

O que fica por vezes difícil para os pais entenderem é a maneira pela qual esses sentimentos se expressam:

- Algumas crianças tentam machucar o bebê fisicamente, ou dizem para quem quiser ouvir que eles querem que o bebê vá embora.
- Outras podem demonstrar todo o carinho do mundo para o novo irmãozinho, mas ficam agressivas e hostis com a mãe.
- Podem ficar retraídas, passando a chupar o dedo e a molhar a cama.
- Outras, ainda, podem ter um comportamento ótimo em casa, mas cheio de problemas na escola.

Cada criança apresenta algum tipo de dificuldade diferente relacionada ao irmão:

- A criança pode aceitar o novo irmãozinho sem demonstrar ciúme, mas quando o bebê já estiver com nove meses e quiser pegar seus brinquedos, um ressentimento exacerbado pode aflorar.
- Podem surgir problemas no momento em que a criança mais nova começa a se socializar, faz seus próprios amigos e não depende mais tanto de seu irmão mais velho.

- A criança pode parecer mais popular ou bem sucedida na escola do que o irmão mais velho.

Irmãos e irmãs podem ser muito unidos em determinados períodos, mas podem surgir ocasiões em suas vidas em que sentimentos de ciúmes tornam-se um peso para eles.

O que os pais podem fazer?

O comportamento desagradável e desrespeitoso está diretamente relacionado ao medo de deixarem de ser amados. As crianças precisam da reafirmação do amor neste momento, juntamente com regras mostrando o que podem e o que não podem fazer. Com frequência a resposta dos pais a um mau comportamento confirma o pior sentimento que as crianças têm – o de que foram

substituídas pelo novo irmãozinho e deixaram de ser amadas.

A mensagem que você precisa fazer seu filho entender é a de que ele não é “mau” por sentir-se assim, que você compreende que ele está passando por um momento difícil e que os sentimentos que ele tem fazem com que se sinta ainda pior.

Não importa quão exigente e cansativo este período venha a ser, lembre-se de que você é a mãe (ou pai) e que está em suas mãos a capacidade de quebrar este ciclo. Console-se com o fato de que seu filho confia tanto no seu amor a ponto de testá-lo até o limite e mostrar para você toda a confusão pela qual está passando. Embora com frequência seja difícil para você administrar essa situação com seu filho e o novo bebê, seu amor incondicional concede a ele uma posição segura para que possa expressar o que sente.

Algumas dicas práticas

- Tente evitar muitas mudanças ao mesmo tempo. Mudar de casa ou iniciar um novo grupo de amiguinhos, por exemplo, são atividades que deveriam ser o mais possível postergadas.
- Não deixe de estimular e mostrar seu apreço por qualquer ajuda ou gesto de amor do seu filho para com o novo bebê, e ignore comportamentos negativos e infantis quando for possível.
- Passe tarefas pequenas e leves para seu filho, para motivar seu relacionamento com o bebê. Não force se a resposta for negativa, mas mostre todo o seu apreço por cada ajuda que receber.
- Procure passar algum tempo só com o seu filho mais velho, sem a presença do bebê, em algum lugar onde possam ler ou brincar só os dois.
- Seja firme com relação a comportamentos negativos, mas sem fazer seu filho sentir-se culpado. Mostre que o errado é o comportamento, e não ele próprio.
- Tome o cuidado de não cair no hábito de pensar em comportamento “bom” ou “mau” e em crianças “boas” ou “más” na família. Certos mitos são difíceis de serem abandonados.
- Cuidado com sinais de retraimento ou depressão. Compartilhe sua preocupação com o pessoal da escola. Uma criança com dificuldade em demonstrar sentimentos intensos com relação ao seu irmãozinho pode escondê-los profundamente e precisar de ajuda para poder falar a respeito com alguém que não seja da família.

Mais ajuda

Existem instituições que fornecem apoio e serviço para as crianças e para as famílias. A sua assistente social poderá oferecer conselho e, se necessário, indicar os serviços de um especialista.