

# AFINAL OS PAIS TAMBÉM TÊM MEDO!

Clube de Pais – um espaço só para Pais

**Hugo Cruz**

Psicólogo, Terapeuta de Casal e

Coordenador do Projecto Pais XXI (Sta. Maria da Feira)

[www.fapfeira.web.pt](http://www.fapfeira.web.pt)

[pais-xxi@iol.pt](mailto:pais-xxi@iol.pt)

## RESUMO

Tendo em conta a necessidade parental de tornar explícitas as dúvidas e inquietações relacionadas com a educação dos seus filhos, foi desenhado o Projecto Pais XXI, e no seio do mesmo o Clube de Pais, um espaço com um objectivo central de promover o diálogo, a reflexão, o questionamento e a partilha de experiências que reforcem e estimulem o papel de pais. Neste âmbito, o presente trabalho consiste, afinal, no relato desta experiência em Educação Parental.

**Palavras-chave:** Educação parental, educação, pais e filhos, papéis parentais

---

“O meu pai é o mais forte, é o super-homem”, “e a minha mãe? é a mais linda, é uma rainha!” – esta é a imagem construída pela maioria dos filhos para os seus pais: grandes, valentes, perfeitos, capazes de tudo para os proteger, autênticos “super-heróis”. Em síntese, entregam-lhes atributos que se resumem num só pedido: serem um porto seguro, uma base securizante de onde possam partir para explorar o mundo sem receios bloqueadores.

### **E os pais? Como lidam com estas expectativas?**

É bom contextualizar estas exigências legítimas dos filhos num nível mais abrangente - o social. De uma forma geral, a sociedade espera que os homens e as mulheres assumam as suas funções de pais e mães sem grandes angústias, como algo que esteja previamente programado, assumindo um carácter exclusivamente biológico. Sem querer desprezar os factores biológicos na relação pais-filhos, porque existem e assumem o seu papel, é bom não esquecermos que os pais experimentam muitas vezes esta vivência pela primeira vez e, como tudo que é novo e desconhecido trás consigo alguma insegurança, esta tarefa não foge à regra. Convém no entanto, salvaguardar que a experiência de ter um filho se assume sempre como diferente e única, mesmo

falando de um segundo ou terceiro filho. Não podemos ignorar as diferenças de cada filho, as diferenças dos próprios pais, tendo em conta que estes mudam ao longo da sua vida, e perceber que necessariamente encontramos interações com dinâmicas muito próprias e irrepetíveis. Experimentemos olhar para a relação pais-filhos, como um *vai-e-vem* de influências nos dois sentidos, assumindo que os filhos também influenciam os pais e não só o contrário, como usualmente uma visão mais protectora tende a defender.

Ao falarmos da relação pais-filhos falamos provavelmente da relação humana mais definitiva e exigente, que é o mesmo que dizer: sem possibilidades de retorno. Na realidade, a sociedade não permite que exista espaço para grandes dúvidas, medos e falhas na educação de um filho, exigindo aos pais desempenhos obsessivamente seguros e obstinados. Muitas vezes, estas preocupações e dúvidas são vistas como símbolo de imaturidade e incapacidade para educar, quando vivemos tempos em que ainda por cima já existem manuais com títulos inequívocos que indicam a fórmula mágica de “Como ser um bom pai”. O reverso da moeda é que muitos destes manuais criam ainda maior desconforto aos pais, que preocupados com a execução rígida das suas regras e indicações, perdem o essencial na relação com os seus filhos: a espontaneidade. Muitos são os casos em que as culpas, compensações, chantagens, mentiras, angústias, incoerências, olhares patologizantes tomam o lugar da naturalidade, sentido de humor, assertividade, brincadeira, afectos positivos, limites firmes, negociação, estrutura e organização.

É bom e saudável que com o tempo os filhos percebam que os seus pais são super-heróis de carne e osso, que choram, riem, brincam, discutem, adoecem, fazem birras, dizem “não”, têm incertezas, têm medo...e não super-heróis de banda desenhada que vivem sempre felizes, ou em muitas situações como patetas felizes. Porque a infelicidade e a felicidade tingem diferentes momentos das nossas vidas e é construtivo e desejável que desde cedo uma criança perceba estas *nuances*, para que como futuro adulto possa lidar mais adequadamente com elas.

### **Um espaço só para Pais**

Foi tendo em conta esta necessidade parental de tornar explícitas as dúvidas e inquietações relacionadas com a educação dos filhos que se desenhou o Projecto Pais XXI, promovido pela FapFeira (Federação das Associações de Pais e Encarregados de Educação do Concelho de Sta. Maria da Feira) e parte integrante do Plano Municipal de Prevenção Primária das Toxicodependências de Sta. Maria da Feira. Este projecto contempla um programa de Rádio Itinerante, uma Linha de Apoio Telefónico (Linha Famílias), Acções de Sensibilização, Aconselhamento Parental individualizado e os Clubes de Pais. Todas estas actividades foram pensadas de forma a se completarem numa lógica coerente e respeitando as especificidades locais. Mas, focalizemo-nos no Clube de Pais.

Este espaço surgiu com o objectivo central de promover o diálogo, a reflexão, o questionamento e a partilha de experiências que reforcem e estimulem o papel de pais. Desde

logo, foi assumido que estes encontros não funcionariam de uma forma escolarizada, ou seja, não era a sua finalidade dotar os pais de qualquer tipo de curso habilitador e profissionalizante. A paternidade e maternidade não se ensinam, aprendem-se. Cada pai e mãe só interioriza e aprende estas funções, passando primeiramente pelo papel de filhos, e mais tarde quando vivencia esta relação enquanto pai e mãe, tornando-a por isso numa experiência idiossincrática e recorrentemente assumida como muito especial. Levando esta ideia em conta, a minha função enquanto Psicólogo responsável pela dinamização deste grupo, passou por trabalhar os obstáculos, tornando-os transponíveis, que muitas vezes impedem que os pais construam esta aprendizagem de uma forma livre e autêntica.

O grupo moldou-se num formato aberto e menos rígido, mas nem por isso menos estruturado, exigindo destes pais uma base de confiança que contribuiu em muito para o desenvolvimento de um sentido de pertença e de identificação, essenciais ao frágil assumir de determinadas dúvidas. Desde cedo, foi dado o poder aos pais para serem os protagonistas, estimulando-os a propor coisas aparentemente simples como: o dia, a hora, a frequência de funcionamento do grupo, bem como a definição de possíveis temas a abordar. Este foi o primeiro e decisivo passo para o envolvimento autêntico neste espaço, evitando sensações de não estarem a ser ouvidos e respeitados, podendo torná-los assim resistentes a qualquer tipo de exposição e partilha.

Não posso deixar de salientar esta necessidade de ultrapassar medos iniciais, promovendo a participação e envolvimento efectivo destes pais; num país com um pano de fundo onde nem sempre as pessoas estão habituadas a ser ouvidas, a reflectir, a opinar, a questionar e, desta forma, a influenciar os seus próprios destinos, alheando-se, nomeadamente em meios mais urbanos, de uma participação mais activa na sua comunidade. Por isso, em muitos momentos, as decisões são entregues nas mãos de outros, o que se pode ler como uma espécie de desresponsabilização.

Desde o início, ficou bem claro que não haveriam respostas únicas, certas e receitas educacionais de especialistas em matérias psicológicas e pedagógicas. Se quisermos falar em especialistas em competências parentais então neste grupo todos foram olhados como tal, tendo em conta o valor das suas histórias pessoais e familiares e das suas práticas diversas. Evitando-se qualquer tipo de imposições, desníveis e assimetrias, afastaram-se eventuais fantasmas e medos de serem criticados, oriundos das sombras contornadas pelos saberes teóricos e académicos. No entanto, não se deixou de clarificar a existência de papéis e contributos diferentes, nomeadamente o do Psicólogo, enquanto facilitador de interações. O apelo era o de uma reconstrução partilhada de algumas práticas educativas destes pais assumidas pelos próprios como menos positivas e adequadas.

Procurou-se sempre responder efectivamente às necessidades sentidas por cada um destes pais, nem que para isso o tema proposto para a sessão fosse interrompido por um suspirar profundo e preocupado com uma situação vivida com o filho, poucos minutos antes; aí a conversa tomou outro rumo. Lembro-me da preocupação de um casal ao chegar com o filho nos

braços, já a dormir, por não conseguirem que ele ficasse com mais ninguém enquanto se ausentavam. Isto porque houve um dia em que acordou durante a noite e não viu os pais. Era o medo de perder as suas figuras mais significativas. Neste e noutros momentos o grupo contém esta preocupação, procura as causas para esta situação, contextualiza-a, sugere alternativas e fundamentalmente ouve sem qualquer tipo de julgamento. Esta é a grande riqueza de um grupo, neste caso de pais, a diversidade de visões do mundo, a vivência de múltiplas experiências de vida, tudo isto de uma forma complementar a contribuir para encontrar novas e mais adequadas formas de lidar com as situações. Partir da experiência de cada um, enquanto pais, respeitando-a e valorizando-a, permitindo que sirva de farol para outros barcos em mares momentaneamente mais tumultuosos. Lembro-me de uma mãe a dizer a outra - “não se sinta culpada e impotente por o seu filho fazer chi-chi na cama. Eu passei pelo mesmo com o meu mais velho”. O perceber que alguém que também é pai/mãe e que passou/passa com o seu filho uma situação semelhante à nossa é no mínimo reconfortante e, num segundo nível, promotor de uma possível mudança de comportamento face ao problema.

Procurando um equilíbrio, nem sempre fácil, entre a desdramatização e a valorização das diversas situações abordadas, fala-se da adolescência, sexualidade, toxicodependências, da comunicação, dos castigos, da importância do brincar, do mundo da escola e do trabalho, dos conflitos familiares, da alimentação, dos limites e da estrutura na educação, da relação de casal...tudo isto com a transversal e persistente queixa da falta de tempo para estar com os filhos. Estes pais fizeram então o exercício de olhar de frente para esta falta de tempo: de que falávamos? De uma falta de tempo real tendo em conta as rotinas preenchidas de cada um? Ou de uma mais profunda e desconcertante falta de disponibilidade emocional para estar com os filhos?

Arrisco-me a dizer que, em encruzilhadas como esta, os pais do grupo passam por questionamentos pessoais que lhes permitem integrar passados, presentes e possíveis futuros e vislumbrar a tarefa de educar um filho como uma árdua, mas, ao mesmo tempo, privilegiada vivência.

Todos estes temas são abordados procurando actividades e estratégias criativas, participadas, activas, interrogativas, vivenciais. Por exemplo, através de dramatizações, em que trocam por algum tempo de papéis e percebem o impacto que um tom de voz mais elevado e agressivo pode ter num filho cansado depois de um dia de aulas, ou como um adolescente se sente pressionado pelo seu grupo de pares. Para se tentar aproximar desta última situação o grupo simulou uma greve, pressionando um colega que não queria aderir. Desta forma, tiveram a hipótese de vivenciar, se não as mesmas emoções dos seus filhos, emoções semelhantes alargando e flexibilizando a sua compreensão das mesmas. Ainda com base em conceitos dramáticos, estes pais puderam passar por uma processo de construção de personagem. Concretizando, o proposto era que se assumissem com mais quarenta anos de idade, usando roupas, maquilhagem e outros adereços e, num contexto calmo e agradável, imaginassem a sua vida com esta idade. Depois deste exercício, tiveram que escrever uma carta à pessoa que eram no aqui e agora (presente) em que avaliavam o seu desempenho enquanto pais. Guardo na

intimidade do grupo o que aconteceu posteriormente, mas posso garantir o potencial questionador, enriquecedor e desenvolvimental deste momento. Não posso deixar de admirar estes pais e de os brindar com um genuíno sorriso pela sua entrega, disponibilidade, generosidade e maturidade.

Estes pais têm ainda tempo (afinal quando queremos...!) para experimentar as alternativas que se propõem nas sessões de semana para semana, tentar reparar em algo positivo que o filho fez, fazer-lhe um elogio, identificar um conflito familiar para posteriormente se “desmontar” em grupo. E isto porque os momentos de reflexão precisam de outros mais de acção, para que se possa perceber que é possível caminharmos com mudanças integradas significativas para as nossas vidas. O tempo torna-se elástico para nos intervalos das vidas agitadas de hoje se lerem os livros e revistas e ver os vídeos que a mini-biblioteca criada para o Clube de Pais tem ao dispor, sugerindo, em muitos casos, discussões e sínteses dos mesmos. Existem ainda Sábados e Domingos, organizados pelo Clube de Pais de forma a reunir todas as famílias (pais e filhos e em alguns casos avós) em actividades de carácter mais lúdico (exs.: idas ao cinema e teatro, visitas a museus e exposições, piqueniques, etc.).

Seguindo o tempo...porque estas experiências materializados em espaços de interacção precisam de tempo para amadurecer, para chegarem à idade adulta, se quisemos usar a imagem do ciclo vital do ser humano. Estes espaços assumem-se como processos contínuos, sistemáticos e inacabados, até porque os pais não deixam de ter dúvidas, estas podem é mudar os seus formatos, socorrendo-me da sabedoria popular “filhos criados, trabalhos dobrados”.

O Clube de Pais acontece não exclusivamente em função dos filhos, mas também e necessariamente em função dos pais. Centremo-nos nas suas necessidades pessoais e individuais para que desta forma se possa chegar à relação que estabelecem com seus filhos. Antes de qualquer um de nós ser pai, já era um ser humano com uma vida e uma história própria. Por isso, a importância dos pais serem valorizados globalmente, criando espaços só para eles, não deixando de parte outros momentos em que os espaços podem e devem ser partilhados com os filhos.

E assim se reúne um grupo de pais, diversificado em idade, cultura, religião, escolaridade, nível económico, vai já para dois anos. Assim se perdem os episódios da telenovela, os jogos de futebol, o quentinho e conforto da sala de estar e se ganham horas de partilha, de emoções e afectos. Assim se procuram activamente contextos de maior segurança, amor, limites, criatividade para os filhos, expressando sentimentos positivos e negativos, reformulando significados e representações, transmitindo necessariamente estas competências aos filhos. E assim, os mais pequenos também podem exclamar sem ansiedade e com o mesmo encanto: Afinal os pais também têm medo!