

Pais que impedem o crescimento

Os psicólogos falam do paradoxo da criação para se referirem a essa ambiguidade que sentem todos os pais: à satisfação por verem crescer os seus filhos, acrescenta-se uma intensa ansiedade pela sua segurança e pelo seu futuro. Hoje este receio parece ter-se acentuado e fala-se de “pais helicópteros”, numa referência aos que se mostram excessivamente protetores com os seus filhos e cujo modo de educar se torna contraproducente.

“How to Raise an Adult” (Henry Holt & Company, Nova Iorque, 2015), de Julie Lythcott-Haims, é um dos últimos ensaios dedicados a denunciar esse estilo “invasivo” e controlador que impede os filhos de amadurecerem. Com o objetivo de protegê-los e ajudá-los, muitos pais bem-intencionados poupam os seus filhos a situações incómodas que se tornam imprescindíveis para a sua formação. Na opinião desta autora, os “pais helicópteros” acabam não tanto por “prepará-los para a vida, mas por protegê-los dela”.

Desde que na década de 90, Foster Cline e Jim Fay chamaram a atenção sobre o excessivo envolvimento dos pais em consequência de mudanças culturais e económicas, o fenómeno dos “pais helicópteros” – continuamente a pressionar os seus filhos – alargou-se entre as classes média e alta. Mas, do que é que se trata? Alguns especialistas resumiram que tem a ver com um estilo educativo que tende a resolver todos os problemas da vida dos filhos, adiantar-se aos seus desejos e tomar decisões por eles, independentemente de poderem ou não fazê-lo por si próprios.

A melhoria nas condições de vida e uma maior consciência sobre a sua responsabilidade como pais levaram a um maior envolvimento das famílias na educação. Segundo o estudo “Modern Parenthood”, realizado em 2013 pelo Pew Research Center, os pais e as mães passam mais tempo agora com os seus filhos do que nas décadas passadas. Também caíram certas barreiras; existe uma maior proximidade e as atitudes autoritárias foram desacreditadas. Tudo isso redundou em benefício da vida familiar. Mas também é cada vez mais fácil desenvolver inclinações hiperprotetoras. Se as deficiências educativas dos *baby boomers* eram atribuídas à despreocupação dos seus pais, talvez as das novas gerações se devam à sua presença excessiva.

A obsessão pela segurança

Lythcott-Haims, que dirige o departamento de assessoria e orientação de alunos na Universidade de Stanford, apercebeu-se de uma das consequências desse obsessivo envolvimento: atrasou-se a entrada na vida adulta e os jovens de hoje dependem da ajuda dos seus pais para fazer coisas que antes resolviam sem eles, como enfrentar por si mesmos problemas académicos, profissionais ou emocionais.

Num artigo publicado na revista “Education and Training” (2014), duas investigadoras, J. Bradley-Geist e J. Olson-Buchanan, mostraram que era mais provável que os filhos superprotegidos tivessem falta de certas “aptidões não rígidas”, como iniciativa, responsabilidade ou capacidade de aprender com os próprios erros, importantes no mercado laboral. Relacionaram igualmente a “criação invasiva” com uma menor eficácia no emprego e com uma maior probabilidade de ter problemas de adaptação no meio de trabalho.

No entanto, para Lythcott-Haims, essas atitudes dos pais helicópteros que tão prejudiciais se mostram para a vida adulta nascem já nessa desmesurada solicitude com que, por exemplo, protegem os seus filhos pequenos. Evitam que eles saiam sozinhos de casa numa idade em que já poderiam fazê-lo sem perigo, o ambiente é preparado para evitar lesões, impedem que falem com adultos ou respondem por eles, etc. Os “pais helicópteros” mimam tanto os seus filhos e acabam por criar dificuldades para eles adquirirem de um modo natural a autonomia e a independência.

Uma autoestima que é somente sentimental

Para Lythcott-Haims, a proliferação deste modelo constitui uma reação à cultura familiar precedente e uma resposta à pressão social que existe sobre o sucesso.

Mas, além disso, contribuiu para a sua difusão a relevância pedagógica que desde há várias décadas adquiriu o tema da autoestima nas crianças, embora entendida numa ótica sentimental.

Os filhos de hoje pertencem ao que se chamou “a geração que consegue sempre um prêmio”, e em parte deve-se ao esmero com que os pais procuram não ferir os sentimentos dos seus filhos. Na vida acadêmica e familiar são oferecidas recompensas e gratificações por ações ou condutas que antes se consideravam normais ou exigíveis, e aplaude-se como uma conquista qualquer ação do filho para não prejudicar a sua autoestima.

No entanto, como alguns estudos mostraram, isto torna os filhos muito suscetíveis e mais inseguros. Cria neles, além disso, “uma percepção errada do que é excelente e a falsa ideia de que, façam aquilo que fizerem, agora ou na sua vida adulta, terão de algum modo de ser premiados”.

Um filho com a agenda cheia

Por outro lado, os pais também se envolveram mais na vida dos seus filhos devido à obsessão cultural pelo sucesso, ou pelo que David Brooks designou “conquistas de currículo” (ver [“Aceprensa”, 15.6.2015](#)). Os “pais helicópteros” querem que os seus filhos alcancem determinados padrões e que triunfem, e estimulam-nos até ao esgotamento, submetendo-os a um horário sobrecarregado de atividades acadêmicas e extracurriculares que os saturam. No entanto, na opinião de Madeline Levine, que trabalha como psicóloga com adolescentes desde há mais de trinta anos, esta estratégia não tem bons resultados.

Tanta exigência, que contrasta com a condescendência que mostram noutros aspetos, é a que foi proposta um dia pela já conhecida Mãe Tigre, Amy Chua (ver [“Aceprensa”, 3.1.2012](#)). Lythcott-Haims denuncia versões menos severas mas igualmente prejudiciais para a saúde psicológica de filhos e pais. E, sobretudo, adverte para a transformação da vida familiar que essa pressão provocou: “Houve uma grande mudança cultural. O tempo passado em família deixou de ser um tempo relaxante e de descanso. Agora tudo está estruturado, parcelado, organizado e repleto de atividades”.

Num dia dos seus filhos cheio de ocupações impostas, com a sensação de que existem cada vez mais deveres, os pais exercem a função de “assistentes” dos seus filhos. Evitam assim que assumam tarefas domésticas ou que se distraiam em jogos pouco produtivos, para que se centrem e cumpram com as ambiciosas expectativas neles depositadas.

No entanto, a projeção desta elevada exigência na infância e na adolescência, além de ter aumentado os casos de *stress* e ansiedade de pais e filhos e extenuá-los, aumenta as possibilidades de frustração tanto do filho, que não cumpre com aquilo que se espera dele, como dos pais, que quando não conseguem os resultados esperados, pensam que fracassaram no seu trabalho educativo.

Ajudar, não substituir

Existe uma certa contradição nos modos de atuar dos “pais helicópteros”, que oscilam assim entre a indulgência nos temas relacionados com o caráter dos seus filhos e as suas exorbitantes expectativas académicas. Lythcott-Haims propõe um estilo educativo intermédio e pleno de senso comum que prepare paulatinamente os filhos para a vida adulta. Isso implica, entre outras coisas, a difícil decisão de deixá-los fazer as coisas por si próprios, mesmo quando se enganem. Ajudá-los, salienta, não é a mesma coisa que fazer tudo por eles.

De modo geral, e seguindo os conselhos de psicólogos da infância, há que evitar três atitudes: fazer por eles aquilo que podem fazer sozinhos; fazer por eles o que *quase* podem fazer sozinhos e que, por esta razão, os enriquece; e, por último, evitar que as exigências sejam motivadas pelas aspirações dos próprios pais – pelo seu próprio *ego* –, pois de outro modo “estaríamos a construir-lhes um caminho que tem mais a ver connosco mesmos do que com eles”.

No seu livro “Teach Your Children Well”, publicado em 2012, Levine recomenda exercitar um maior desapego. Eva Millet em “Hiper-parternidad” (Plataforma, Barcelona, 2016), seguindo a psicóloga norte-americana, propõe uma “sã desatenção” – confiar mais neles, evitar controlá-los e não sufocá-los. Trata-se, em resumo, de que como educadores, os pais terminem com essa “criação invasiva” que coarta a aprendizagem, coíbe a aquisição de responsabilidades e oferece aos filhos uma infância adornada, livre efetivamente de perigos, mas também de oportunidades para progredir.

Jogar, um investimento seguro

Para contrariar o estilo educativo dos “pais helicópteros”, Lythcott-Haims sugere recuperar espaços lúdicos e reconhecer o poder pedagógico do jogo. Jogando livremente, as crianças desenvolvem virtudes e competências: aprendem a movimentar-se no meio e a relacionar-se com os outros, ponderam os seus desejos e expressam-nos, habitam-se ao esforço, exercitam a generosidade e a paciência, adiam a gratificação... Jogar é, em todos os sentidos, “um investimento para a vida”.

Mas não se trata de incluir momentos concretos de diversão no dia a dia atarefado das crianças, mas de estabelecer “tempos não estruturados” que as façam descansar e relaxar. Recomenda evitar os jogos programados e eletrónicos, pois neles as crianças são normalmente espectadoras passivas e, portanto, não fomentam a sua criatividade.

A atribuição de tarefas domésticas aos filhos é igualmente insubstituível no seu desenvolvimento. Lythcott-Haims defende o seu proveito formativo, inclusivamente também quando se

conta com empregada doméstica. Ajudar em casa ensina-lhes a cumprir de um modo natural com o que se espera deles, ensina-lhes o valor do sacrifício, contribui para que apreciem as coisas e é um modo simples de virem a assumir responsabilidades.

Comer e dialogar em família

A superproteção pode prejudicar também a autonomia intelectual das crianças e complicar os processos através dos quais elaboram opiniões próprias, assim como enfraquecer o seu pensamento crítico. Como fomentar o desenvolvimento intelectual e emocional dos filhos? Para Lythcott-Haims as coisas são claras: comendo em família.

Quando na mesa se favorece a conversa e se pergunta às crianças pelas suas coisas, oferecendo-lhes oportunidades para se expressarem, partilham-se situações e existe um ambiente descontraído e amigável, estamos a formar adultos independentes, estáveis emocionalmente e maduros. O diálogo entre pais e filhos é, assim, uma estratégia valiosa que os ensina a pensar. Por meio de perguntas, e evitando sobretudo oferecer-lhes respostas imediatas, os pais ajudam a que os filhos tirem as suas próprias conclusões e orientam-nos na formação dos seus próprios critérios.

Para Lythcott-Haims, a educação tem como objetivo que a criança adquira competências e construa hábitos que a ajudarão depois na sua vida adulta a alcançar uma existência plena e satisfatória. Mas também está consciente de que não é possível educar sem o exemplo. Muitas vezes, introduz-se na literatura pedagógica o acento na melhoria dos filhos, mas tanto Lythcott-Haims como Levine ou Millet consideram ser preciso que os pais tenham uma vida própria. Por isso, convidam-nos também a “investir em si mesmos”, a cuidar das suas relações e a converter-se nos pais que querem ser, mas também nos realmente necessários para os seus filhos.

J. M. C.

Trabalhos de casa escolares: angústias e resultados

A abundância de trabalhos de casa escolares pode causar *stress* nos estudantes e nem sempre assegura boas notas.

Um relatório da Organização Mundial de Saúde apresentado este ano analisou vários indicadores de saúde e bem-estar na juventude europeia, e as diferenças entre sexos e classes

sociais. Uma secção estuda a relação entre a “pressão escolar” e a qualidade de vida, em ambos os casos segundo a percepção dos próprios jovens. Os autores referem que a sensação de angústia motivada pelos trabalhos de casa escolares tem a ver com um aumento na prevalência de determinadas doenças ou incómodos, como dores de cabeça ou problemas digestivos.

Na maioria dos países, os estudantes de famílias endinheiradas dizem sentir-se mais angustiados com os trabalhos de casa escolares que os de classe social mais modesta. O fenómeno observa-se nos dois sexos, embora em maior número entre elas. Alguns dos países onde a diferença é maior são Lituânia, Eslovénia ou Itália. Em Espanha, pelo contrário, o rendimento tem pouco efeito neste aspeto, nem com os rapazes, nem com as raparigas.

Em geral, a sensação de angústia aumenta com a idade, sobretudo entre as raparigas. Em média, aos 11 anos sentem-se pressionadas pelos trabalhos de casa escolares 22 % das raparigas e 24 % dos rapazes. É a única idade em que eles estão à frente. Aos 13, já são 38 % e 33 % respetivamente, e aos 15, as percentagens chegam a 51 % e 39 %. Somente em dois países a pressão dos rapazes é similar à das suas companheiras. Pelo contrário, a diferença é especialmente significativa na Noruega, Suécia, Portugal, Itália ou Inglaterra.

Os estudantes espanhóis aparecem entre os mais angustiados, sobretudo a partir dos 13 anos. Até essa altura, os rapazes sentem mais a pressão dos trabalhos de casa escolares. Depois, a tendência inverte-se, embora a diferença entre sexos se situe abaixo da média.

O caso da matemática

Não obstante, entre a sensação de angústia e o número de horas dedicadas a esses trabalhos nem sempre existe uma relação direta; ou pelo menos, a relação varia por países. Segundo uma análise da OCDE, centrada nos estudantes de 15 anos que no teste PISA de 2012 obtiveram maus resultados em matemática, alguns dos que mais tempo empregam semanalmente a fazer os trabalhos são os italianos, irlandeses ou espanhóis, três países que também apareciam destacados no *ranking* de angústia. No entanto, holandeses e gregos, que não diziam sentir especial pressão devido a esses trabalhos, também dedicam um tempo superior à média. No inverso, na Eslovénia ou na Finlândia, muitos sentem angústia, segundo a OMS, mas, de acordo com o relatório da OCDE, a dedicação aos trabalhos situa-se abaixo da média.

Pelo contrário, parece haver uma relação objetiva entre tempo empregue em trabalhos escolares – de todas as cadeiras – e rendimento em matemática. Inclusivamente descontando o fator socioeconómico e a trajetória anterior na matéria, quanto mais dedicação melhores resultados. Quatro horas de trabalhos escolares por semana aumentam claramente a probabilidade de alcançar o nível mínimo. Entre os que conseguem e os que

ficam abaixo, a diferença de dedicação aos trabalhos é de uma hora semanal.

Todavia, se se considerar o estudo da matemática fora da escola, verifica-se que são os alunos com piores notas os que mais horas dedicam. Talvez se vejam obrigados pelos seus pais a recorrer a aulas de reforço; mas também parece que se viram mais para atividades complementares relacionadas com a matéria, sobretudo se envolvem alguma componente lúdica. Estas iscas servem para atrair os maus estudantes, mas não estão a ajudar a colmatar o fosso com os outros.

De qualquer forma, a relação entre trabalhos de casa escolares e rendimento só é clara em cada país; quando se comparam determinados países com outros, não o é tanto. Nalguns dos melhor situados no último teste PISA de matemática, como a China ou a Holanda, os alunos fazem mais trabalhos de casa escolares do que a média. Pelo contrário, os alunos finlandeses conseguem igualmente boas notas com o mínimo *stress*.

F. R.-B.