

Os quatro excessos da educação moderna que perturbam as crianças

Por **Jennifer Delgado Suárez, psicóloga** - Rincón de La Psicología, traduzido e adaptado pela Revista Pazes -2017.

Quando nossos avós eram pequenos, eles tinham apenas um casaco de frio para o inverno. Apenas um! Naquela época de vacas magras, já era luxo ter um. Exatamente por isso a criançada cuidava dele como se fosse um tesouro precioso. Naquela época bastava a consciência de se ter o mínimo indispensável. E, acima de tudo, as crianças tinham consciência do valor e da importância de suas coisas. Muita água correu por baixo da ponte, acabamos nos transformando em pessoas mais sofisticadas. Agora prezamos pelas várias opções e queremos que nossos filhos tenham tudo aquilo que desejarem, ou, caso seja possível, muito mais. Não percebemos que esse mimo excessivo ajuda a criar um ambiente propício para transtornos psicológicos.

De fato, foi demonstrado que o excesso de estresse durante a infância aumenta a probabilidade de que as crianças venham a desenvolver problemas psicológicos. Assim, uma criança sistemática pode ser empurrada para ativar um comportamento obsessivo. Uma criança sonhadora, sempre com a cabeça nas nuvens, pode perder a sua capacidade de concentração.

Neste sentido, Kim Payne, professor e conselheiro norte-americano, conduziu uma experiência interessante em que simplificou a vida de crianças diagnosticadas com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade. Depois de apenas quatro meses, 68% destes pequeninos passaram a ser considerados clinicamente funcionais. Eles também mostraram um aumento de 37% em suas habilidades acadêmicas e cognitivas, um efeito que não poderia coincidir com a medicação prescrita para esta desordem. Estes resultados são, em parte, extremamente reveladores e, mais que isto, também são um pouco assustadores, porque nos fazem pensar se realmente estamos criando para nossos filhos um ambiente saudável, mental e emocionalmente.

Quando o "muito" se transforma em "demais"?

No início de sua carreira, este professor trabalhou como voluntário em campos de refugiados, onde teve que lidar com crianças que sofrem de estresse pós-traumático. Payne constatou que essas crianças se mostravam nervosas, hiperativas e tremendamente ansiosas, como se pressentissem que algo de ruim fosse acontecer de uma hora para a outra. Elas também eram amedrontadas em excesso, temendo qualquer novidade, o desconhecido, como se tivessem perdido a curiosidade inata das crianças. Anos mais tarde, Payne constatou que muitas das crianças que precisavam de sua ajuda mostravam os mesmos comportamentos que os pequenos que vinham de países em guerra. No entanto, o estranho é que estas crianças viviam na Inglaterra, abraçados por um ambiente completamente seguro. Qual a razão que os levava a exibir os sintomas típicos de estresse das crianças pós-traumáticas?

O professor pensa que as crianças em nossa sociedade, apesar de estarem seguras do ponto de vista físico, mentalmente vivem em um ambiente semelhante ao produzido em áreas de conflito armado, como se suas vidas estivessem sempre em perigo. A exposição à muitos estímulos provoca um estresse acumulado que obriga as crianças a desenvolverem estratégias que as façam se sentir mais seguras.

Na verdade, as crianças de hoje estão expostas a um fluxo constante de informações que não são capazes de processar. Elas são forçadas ao crescimento rápido, já que os adultos depositam muitas expectativas sobre elas, forçando-as a assumir papéis que realmente não condizem com a realidade infantil. Assim, o cérebro imaturo das crianças é incapaz de acompanhar o ritmo imposto pela nova educação, por conseguinte, um grande estresse ocorre, com as óbvias consequências negativas.

Os quatro pilares do excesso

Como pais, nós normalmente queremos dar o melhor para os nossos filhos. E pensamos que, se o pouco é bom, o mais só pode ser melhor. Portanto, vamos implementar um modelo de paternidade superprotetora, nós forçamos os filhos a participar de uma infinidade de atividades que, em teoria, ajudam a preparar os pequenos para a vida. Como se isso não fosse suficiente, nós enchemos seus quartos com livros, dispositivos e brinquedos. Na verdade, estima-se que as crianças ocidentais possuem, em média, 150 brinquedos. É demais, e quando é excessivo, as crianças ficam

sobrecarregadas. Como resultado, elas brincam superficialmente, facilmente perdendo o interesse imediato nos brinquedos e no ambiente, elas não são estimuladas a desenvolver a imaginação.

Payne ressalta que estes são os **quatro pilares do excesso** que forma a educação atual das crianças:

1 – Excesso de coisas.

2 – Excesso de opções.

3 – Excesso de informações.

4 – Excesso de rapidez.

Quando as crianças estão sobrecarregadas, elas não têm tempo para explorar, refletir e liberar tensões diárias. Muitas opções acabam corroendo sua liberdade e roubam a chance de se cansar, o que é elemento essencial no estímulo à criatividade e ao aprendizado pela descoberta.

Gradualmente, a sociedade foi corroendo as qualidades que tornam o período da infância algo mágico, tanto que alguns psicólogos se referem a esse fenômeno como a "guerra contra a infância". Basta pensar que, nas últimas duas décadas, as crianças perderam uma média de 12 horas por semana de tempo livre. Mesmo as escolas e jardins de infância assumiram uma orientação mais acadêmica.

No entanto, um estudo realizado na Universidade do Texas revelou que quando as crianças brincam com esportes bem estruturados, elas se tornam adultos menos criativos, em comparação com jovens que tiveram mais tempo livre para criar suas próprias brincadeiras. Na verdade, os psicólogos têm notado que a maneira moderna de jogar gera ansiedade e depressão. Obviamente, não é apenas o jogo mais ou menos estruturado, mas também a falta de tempo.

Simplificar a infância

A melhor maneira de proteger a infância das crianças é dizer "não" para as diretrizes que a sociedade pretende impor. É preciso deixar que as crianças sejam crianças, apenas isso. A melhor maneira de proteger o equilíbrio mental e emocional é educar as crianças na simplicidade. Para isso, é necessário:

- Não enchê-las de atividades extracurriculares, que, em longo prazo, não vão ajudá-las em nada.
- Deixe-lhes tempo livre para brincar, de preferência com outras crianças, ou com jogos que estimulem a criatividade, jogos não estruturados.
- Passar um tempo de qualidade com eles é o melhor presente que os pais podem dar.
- Criar um espaço tranquilo em suas vidas onde eles podem se refugiar do caos e aliviar o estresse diário.
- Garantir tempo suficiente de sono e descanso.
- Reduzir a quantidade de informações, certificando-se de que esta seja sempre compreensível e adequada à sua idade, o que envolve um uso mais racional da tecnologia.
- Simplifique o ambiente, apostando em menos brinquedos e certificando-se de que estes realmente estimulem a fantasia da criança.
- Reduzir as expectativas sobre o desempenho, deixe que elas sejam simplesmente crianças. Lembre-se que as crianças têm uma vida inteira pela frente até se tornarem adultos, entretanto, então, permita que elas vivam plenamente a infância.