Como realmente amar seu filho rebelde

Como realmente amar seu filho rebelde

Ross Campbell

Tradução
Talita S. Marsola

Editora Mundo Cristão
São Paulo

Como realmente amar seu filho rebelde
Categoria: Comportamento / Família

Copyright © 2003 por Ross Campbell
Publicado originalmente por Cook Comunications Ministries, Colorado, EUA
Todos os direitos reservados

Título original: How to really love your angry child
Coordenação editorial: Silvia Justino
Preparação de texto: Vivian Matsushita
Revisão: Renato Potenza
Rodolfo Ortiz
Supervisão de produção: Lilian Melo
Capa: Douglas Lucas

Os textos das referências bíblicas foram extraídos da versão Almeida Revista e Atualizada (Sociedade Bíblica do Brasil), 2ª edição, salvo indicação específica.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Campbell, Ross, 1936- .
Como realmente amar seu filho rebelde / Ross Campbell com Rob Suggs ; traduzido por Talita S. Marsola. — São Paulo : Mundo Cristão, 2005.

Título original : How to really love your angry child.
ISBN 85-7325-403-3

1. Conflito (Psicologia) em crianças 2. Criação de crianças 3. Raiva em crianças I. Suggs, Rob. II. Título.

05-3302 CDD - 649.7

Índice para catálogo sistemático:
1. Crianças iradas : Aconselhamento : Educação doméstica 649.7

Publicado no Brasil com a devida autorização e com todos os direitos reservados pela:

Associação Religiosa Editora Mundo Cristão
Rua Antonio Carlos Tacconi, 79 – CEP 04810-020 – São Paulo – SP – Brasil
Telefone: (11) 5668-1700 – Home page: www.mundocristao.com.br

Editora associada a:
- Associação Brasileira de Editores Cristãos
- Câmara Brasileira do Livro
- Evangelical Christian Publishers Association

A 1ª edição brasileira foi publicada em junho de 2005, com uma tiragem de 6.000 exemplares.

Impresso no Brasil
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 05 06 07 08 09 10 11 12

SUMÁRIO

Apresentação 07

1. A rebeldia bate à sua porta 11

2. Uma atmosfera de raiva 27

3. Uma casa em chamas 41

4. Amor sem limites 67

5. Desmascarando a raiva 91

6. Passiva, porém agressiva 109

7. Os piores degraus da escada 139

8. Começando pela imagem no espelho 157

9. Treinamento básico 175

10. 75/25: como os filhos encaram a autoridade 201

11. Crianças especiais, problemas especiais 223

Uma palavra final aos pais 245

Um bate-papo com o dr. Campbell 251

Notas 267

APRESENTAÇÃO

PREZADOS PAIS,

Não há nada mais importante no mundo do que a maneira com que você cria os seus filhos. Você sabe que as maiores alegrias — e a maiores dificuldades — vêm como resultado da enorme responsabilidade de treinar os filhos a serem adultos fortes, honestos e felizes, para que vivam de forma íntegra.

Se você não sentisse essa responsabilidade, certamente não se interessaria por este livro. E se a questão da rebeldia não o preocupasse tanto, este livro não lhe teria chamado a atenção.

Sabemos que a rebeldia desenfreada é uma constante na vida de muitos no mundo em que vivemos — não somente nas crianças, mas nos adultos também. Tenho a mesma preocupação que você ao pensar no mundo em que os nossos filhos estão prestes a viver. Por aconselhar centenas de pais ao longo dos anos, sinto o mesmo aperto no coração que muitas vezes você sente, e entendo a sua frustração e a sua solidão. Sei que a ira pode se tornar um problema na sua vida também.

Se você não tivesse problemas com o seu próprio temperamento, provavelmente não teria aberto os olhos para essa questão. Existem problemas demais para nos chatear nos dias de hoje — nas manchetes, nos filmes, nos próprios corredores das escolas e igrejas. Somos levados a concluir que o fato de as pessoas não saberem lidar com a própria raiva é que origina todas essas crises e conflitos.

Por quê? Porque ninguém aprende a lidar corretamente com a raiva a menos que alguém lhe ensine. As atitudes corretas não são intrínsecas a nós. A forma madura de lidar com a raiva que sentimos deveria ser ensinada em casa, mas, em muitos lares hoje em dia, não é isso o que acontece. Se você observar as famílias que conhece na comunidade ao seu redor, verá que muitas pessoas vivem amarguradas e revoltadas, pois simplesmente não sabem o que fazer com os sentimentos que têm quando estão zangadas.

A raiva é uma emoção que poucos compreendem. Por quê a sentimos, como a expressamos e o que fazer quando ela começa a nos dominar? Precisamos ensinar nossos filhos a controlá-la, mas isso só será possível se primeiro adquirirmos esse autocontrole. Ao ler este livro, você começará a pensar não apenas nas emoções de seus filhos, mas nas suas, nas de seu cônjuge e talvez nas de pessoas com quem viveu na infância. A raiva é uma questão central na vida de todos nós desde o nascimento até a morte.

É hora de encarar a questão e decidir como agiremos daqui para a frente.

Este livro o ajudará a entender o que exatamente é a raiva e como a expressamos. Você se surpreenderá com algumas das respostas. Estudaremos as etapas da vida que os nossos filhos vivem, como a raiva se manifesta nelas e

em suas transições de uma para outra. Aprenderemos formas práticas de agir quando a raiva se manifestar em nosso lar. E espero e peço a Deus que você encontre uma luz no fim do túnel. Apesar das dificuldades você descobrirá que existem soluções; há razões bem realistas para se ter otimismo; e chegará o dia em que você perceberá que o árduo esforço de ser pai valeu a pena.

Todas as pessoas sentirão ira algum dia. A Bíblia diz que ficaremos irados, mas que não devemos permitir que isso nos faça pecar. Esse livro o ajudará a compreender que a raiva e a nossa reação a ela são duas coisas diferentes; e que nessa verdade está a esperança de vidas produtivas e felizes para nós e nossos filhos.

Ross Campbell, M.D. (Mestre em Divindade)

1

A REBELDIA BATE À SUA PORTA

TUDO COMEÇOU QUANDO Nicholas ainda era bebê e já dava os primeiros passos. A princípio, ele apresentava os sinais comuns de uma criança de dois anos — birras e chantagens quando lhe negavam um brinquedo ou qualquer coisa que lhe chamasse a atenção. Os amigos e familiares asseguravam aos pais do garoto que era simplesmente "uma fase" que Nicholas estava passando e que, com o tempo, ela acabaria. Infelizmente, a vida na casa dos Smith tomou rumos inesperados.

Os ataques de raiva do pequeno Nick prosseguiram e até pioraram no decorrer da sua infância. Ele parou de rolar pelo chão e de esmurrar o carpete, mas expressava a raiva de outras maneiras. Ele continuava a chorar e a gritar, inclusive em lugares públicos, fazia malcriações, batia portas e ficava emburrado. Seus pais começaram a se referir a esses episódios como o "chilique do Nick". Ano após ano, nas reuniões de pais e mestres do colégio, as professoras

queixavam-se das atitudes desrespeitosas do garoto em sala, deixando os seus pais muito constrangidos.

O pai de Nick, em especial, ficava desgostoso com a situação, pois ele sabia exatamente de quem seu filho havia puxado esse temperamento forte. A última coisa que ele queria era ver o seu filho ter que "apanhar da vida" para aprender algumas das duras lições que ele havia aprendido por ter pavio curto. Ele passou, então, a observar o filho e os chiliques dele mais de perto. Ao primeiro sinal de birra, o pai de Nick logo gritava: "Nem comece!". Nick ficava ainda mais frustrado e começava a resmungar em protesto. O tom de voz de seu pai tornava-se mais severo: "Pode parar já!". Enfim, o mandava de castigo para o quarto, com avisos do que aconteceria se ele batesse a porta, chutasse a parede ou murmurasse qualquer malcriação.

Por volta dos onze anos, os chiliques começaram a se abrandar. A vida na casa dos Smith tornou-se mais silenciosa. Mesmo assim, os pais de Nick intuitivamente sentiam que havia algo errado. Mesmo antes de iniciar a previsível passagem à adolescência, Nick já se isolava e, sempre que podia, evitava participar das atividades em família. Não demorou muito até ele ser suspenso da escola, por ter disparado o alarme de incêndio, causando um tumulto generalizado no prédio. O diretor da escola suspeitava que Nick também era responsável por outros vandalismos que estavam prejudicando a escola. Sugeriram que Nick tivesse acompanhamento psicológico, mas o pai insistiu que estavam "pegando no pé" de seu filho com acusações infundadas.

Em seguida, vieram os pequenos furtos. A princípio, parecia lógico afirmar que Nick agia assim devido às más companhias, porém, os últimos dois incidentes aconteceram com ele desacompanhado. Quando ele completou 16

anos, seus pais fizeram de tudo para se reaproximar do filho — mas parecia que eles não o conheciam mais.

A personagem Nick é uma mistura de muitas crianças que conheci no decorrer dos anos. Os pais dele são os mesmos pais amorosos e preocupados que ajudei vez após outra. O problema é obviamente a questão da raiva e de como tratá-la. Durante a maior parte da minha carreira como conselheiro familiar, tenho me preocupado profundamente com o poder que a raiva reprimida tem sobre a atual geração de filhos que estão entrando para a idade adulta. Cheguei à conclusão de que muitas ou a maioria das famílias do mundo atual não tem a menor idéia de como lidar com a rebeldia de seus filhos, e eu sabia que esse despreparo só poderia resultar em desastre.

Imagino que você, como pai, deve tomar uma série de cuidados dentro de casa. Você guarda remédios e venenos em lugares altos. Você quer saber o tempo todo onde o seu filho está. Talvez até escolha os programas de TV que o seu filho pode assistir e quais atividades ele pode fazer no computador. Mas será que você está ciente de que o maior de todos os perigos é a rebeldia alojada no coração do seu filho; que o veneno mais tóxico de todos é a raiva incontida e descontrolada que domina o seu interior?

É só refletir um pouco sobre o assunto para perceber que a raiva faz parte do nosso dia-a-dia e que surge em todas as frustrações da vida do seu filho. Se boa parte dessa raiva não for bem tratada e direcionada, ela não irá simplesmente desaparecer. Ela voltará de uma forma ou de outra e prejudicará, ou até mesmo destruirá, a criança que foi tolhida — hoje ou em algum ponto no futuro.

Creio que isso é exatamente o que presenciamos em nosso mundo atual. À medida que eles crescem, os nossos

filhos carregam a raiva para dentro da panela de pressão das esferas sociais — a escola, o local de trabalho, o casamento, a igreja e a família — onde ela é potencializada. Observe cada um desses locais — a igreja, por exemplo — e você perceberá que personalidades rebeldes causam conflitos sem precedentes. Trabalho numa organização que acolhe pastores maltratados e escorraçados por suas congregações, e posso lhe assegurar que a causa do problema é a raiva mal direcionada dos membros. E no local de trabalho? Presenciamos a mesma situação. Vivemos num mundo caótico por causa de emoções que não foram devidamente identificadas e tratadas no passado.

O problema do poder

Vemos a violência nas escolas, mas os incidentes à mão armada são apenas a ponta do *iceberg*. O problema vai muito além e as únicas pessoas capazes de solucionar essa questão são os pais. Eles podem reconhecer e tratar os momentos de raiva de seus filhos na infância. Eles podem aproveitar a oportunidade para tirar lições benéficas de situações como essas.

Mas, na maioria dos casos, não é isso o que acontece. Como a maior parte dos pais não sabe como lidar com as emoções dos filhos, estes acabam aprendendo a lidar com as próprias emoções de forma inapropriada e imatura. Essas crianças, por sua vez, quando crescerem passarão esses mesmos conhecimentos errados aos seus filhos, que um dia farão o mesmo, perpetuando assim o padrão errado. O Antigo Testamento nos diz que os pecados que os pais cometem freqüentemente perduram por várias gerações e não é difícil entender o motivo. Somos os únicos

modelos de como ser pai e de como viver a vida que os nossos filhos têm.

O problema central consiste na questão do poder. Ao chegar ao mundo, a primeira coisa que as crianças percebem é que elas não têm poder e, por isso, buscam todos os meios possíveis de conseguir controlar o próprio mundo. À medida que crescem, seu maior objetivo torna-se a autonomia — elas anseiam por se sentir e se apresentar orgulhosamente independentes.

O desejo de ter controle e autonomia, em si, não é ruim. Mas esse poder deve ser cedido com percepção e sabedoria, com base no nível de maturidade da criança. Por exemplo, não se deve permitir que uma criança de dois anos atravesse uma rua movimentada, ainda que ela exija esse direito aos berros. Não se deve permitir que um pré-adolescente navegue na internet sem supervisão, apesar de ficar emburrado toda vez que restrições são feitas. Como você lidará com a manifestação de raiva resultante da disciplina do dia-a-dia?

O objetivo que deve guiá-lo do princípio ao fim é que os seus filhos aprendam a ter respeito por outras pessoas, principalmente pelas autoridades. Ao alcançar esse objetivo, o seu filho aprenderá a lidar com conflitos inevitáveis: primeiro, acerca de um brinquedo, depois de uma disputa no parquinho e, finalmente, de complexas transações sociais na idade adulta. O descontrole ao lidar com a raiva é uma epidemia e a única esperança para o seu filho é que você, como pai ou mãe, aprenda a educá-lo. Como você lida com a raiva hoje terá grande influência no modo que ele lidará com a raiva no futuro. No mundo em que vivemos, é improvável que eles tenham modelos consistentes de pessoas que lidem apropriadamente com a raiva.

Outro objetivo que você deve ter em mente do princípio ao fim é que os seus filhos se tornem pessoas íntegras. O conceito de integridade não significa simplesmente honestidade; ser íntegro também significa ser completo — viver uma vida coerente, ou seja, ter o mesmo caráter diante de diversas situações.

Este livro tem o objetivo de proporcionar a seus filhos uma oportunidade melhor de se tornarem indivíduos fortes, bons cidadãos, que respeitem as autoridades e que estejam firmados num caráter puro e consistente. Aqui vai uma atraente definição de integridade que todo pai deveria colocar como alvo no coração de seus filhos. Revise-a repetidas vezes; discuta-a; exemplifique-a; honre-a.

Pessoas íntegras:

- Dizem a verdade
- Mantêm sua palavra
- Respondem por seus atos

Não saber lidar com a raiva de maneira adequada está associado à falta de integridade e ao descaso para com as autoridades. Pessoas que não aprenderam a controlar a própria raiva são justamente aquelas que não sabem ter respeito pelas autoridades, que têm facilidade de mentir, que quebram as suas promessas e que regularmente se comportam de maneira inapropriada. Jamais conheci um pai que quisesse criar seu filho para ser uma criança rebelde ou que não fosse íntegra, que fosse controlada diariamente pelos seus sentimentos de raiva. Todos querem o melhor para seus filhos e necessitam de ajuda para lidar com os principais fatores emocionais.

AMAR É PRIORIDADE

De onde vem toda essa raiva? Damos duro para proporcionar um lar feliz aos nossos filhos. Por que eles têm tanta raiva e o que os leva a serem adultos irritados?

A difícil verdade é que sua maior fonte de raiva provém de um arraigado sentimento de que não se sentem amados. Por instinto, as crianças percebem que precisam ser amadas e que seus pais têm a responsabilidade de proporcionar isso a elas. Apesar de não conseguirem expressar uma idéia tão complexa como essa, elas sabem que não podem viver felizes, nem se desenvolver normalmente, sem a segurança que resulta do amor incondicional.

Precisamos encarar o fato de que poucos filhos sentem, de forma genuína e absoluta, esse amor de seus pais. E quando os seus coraçõezinhos detectam que seus pais estão lhes negando o amor de que tanto precisam, eles se enchem de raiva. Mesmo nos melhores lares, filhos anseiam desesperadamente por amor, apesar de seus pais terem a convicção de que essa necessidade está sendo suprida.

Talvez você esteja confuso com o que acabou de ler e se sinta ofendido com a idéia de que seu filho possa não se sentir amado. Pouquíssimos pais que participam dos meus seminários reconhecem de imediato que os seus filhos podem se encaixar nessa descrição. Vamos ver mais de perto como esse problema pode ocorrer — possivelmente em seu lar.

Creio que a maioria dos pais ama verdadeiramente os seus filhos. A dificuldade consiste em transmitir esse afeto de amor do coração do pai para o coração do filho. A mensagem de alguma forma se perde no meio do caminho.

Talvez você tente discordar e diga: “Mas eu falo todos os dias para a minha filha que a amo!”, e o que você diz é

mesmo a verdade. O fato é que a maioria dos pais é verbal ao se comunicar. Portanto, eles acreditam que simplesmente dizer "Eu amo você" à criança resolve o problema.

A expressão verbal do afeto é, sem dúvida, muito importante, porém insuficiente. Nós, pais, somos seres verbais enquanto os nossos filhos são seres comportamentais. E para nos comunicarmos com qualquer pessoa, precisamos falar a língua dela. Se você deseja comunicar com precisão e clareza uma mensagem a alguém que fala francês, você precisa aprender as nuanças da língua francesa. Se você deseja se comunicar com o seu filho de forma profunda e efetiva, não poderá utilizar a sua forma e sim a dele, a forma comportamental. Vamos nos aprofundar nesse conceito nos próximos capítulos, mas você pode também aprender mais sobre o assunto nos meus dois livros anteriores: *Como realmente amar seu filho* e *Como realmente amar seu filho adolescente*. Por enquanto, permita-me reforçar esse conceito para você: se os seus filhos não se sentirem amados, eles não se desenvolverão para se tornar as pessoas que têm a capacidade de ser. Eles carregarão dentro de si uma sensação de fracasso e terão um crescente ressentimento para com os seus pais. Essa raiva interfere no desenvolvimento básico da criança e futuramente em seu comportamento adulto.

Utilizarei um caso que aconteceu comigo para ilustrar a diferença da comunicação verbal e da comportamental. Anos atrás, toda vez que eu viajava, eu ligava para casa e dizia à minha esposa: "Eu só queria dizer que eu amo você". Era tudo o que ela precisava ouvir; as palavras lhe proporcionavam uma segurança agradável.

Em seguida, ela passava o telefone para o Dale, o meu filho, que na época tinha cinco anos de idade. Eu repetia

as mesmas palavras, dizendo a ele que o amava. “Tá”, ele respondia, “mas, papai, por que você ligou?”.

A expressão verbal do meu amor para com a minha esposa — que se comunicava verbalmente — lhe era significativa e encorajadora, mas, para o Dale, a mesma expressão não significava muito. Por ser criança, ele era comportamental por natureza. Eu só conseguiria transmitir a minha mensagem de amor do meu coração para o coração dele quando eu chegasse em casa. Eu poderia pegá-lo no colo, abraçá-lo com força e lhe dar um presente. Eu poderia sentar-me ao seu lado e participar com ele das atividades que ele estava fazendo. Eu poderia jogar bola com ele no quintal. Essas atitudes comunicariam a ele a mesma mensagem que minha esposa recebeu quando eu simplesmente disse: “Eu amo você”.

BRAVO E INDEFESO

Em seu livro *Make anger your ally* [*Faça da raiva a sua aliada*], Neil Clark Warren apresenta definições perspicazes do que é raiva e explica as suas causas. No nosso caso, vamos aplicar essas idéias especificamente ao mundo de nossos filhos.

> Irar-se é uma capacidade impressionante que faz parte de nossa herança biológica.
>
> Estar com raiva é estar em estado físico de prontidão. Quando estamos irados, estamos preparados para agir. (...)
>
> O propósito principal da raiva é nos proporcionar uma forma de lidarmos com o nosso ambiente — particularmente em situações em que nos sintamos feridos, frustrados ou amedrontados. Se não fizermos isso adequadamente, sempre nos sentiremos incapazes e indefesos.[1]

Por favor, pense em si mesmo antes de qualquer outra coisa ao ler essas palavras. Pense em sua raiva e em como ela se relaciona com o mundo ao seu redor. Em seguida, pense nos seus filhos. Considere as coisas que os deixam com raiva e como eles expressam esse sentimento. Reflita também sobre crianças de bons lares, onde determinadas situações e emoções transcendem sua capacidade de compreender e interpretar os seus sentimentos corretamente.

O dr. Warren faz outra observação digna de ser examinada. Ele afirma que o conceito que a pessoa tem a respeito de si mesma é o fator de maior influência ao lidar com a raiva. Ele diz que uma "auto-estima solidamente fundamentada" é a chave para controlar a vida de alguém. Uma auto-estima equilibrada nos proporciona a energia necessária para vivermos a vida de forma plena e abundante.[2] Portanto, a partir daí, quando estamos saudavelmente fundamentados, conquistamos poder e autonomia. A probabilidade de nos sentirmos inseguros cai e, conseqüentemente, demoramos mais para sentir raiva. O poder está em uma auto-imagem positiva.

E os nossos filhos? Eles também reagem com raiva perante uma situação ou uma pessoa ameaçadora que os frustre ou lhes cause dor. O problema, contudo, é que, diferentemente dos adultos, as crianças não têm o poder de fazer mudanças radicais em suas vidas. Elas têm pouca força de sustentação, pouca autonomia e uma independência esporádica e muito limitada.

Considere também que, diferentemente da maioria dos adultos, as crianças ainda não têm a sua auto-estima muito bem fundamentada. Pais e outros adultos estão, em teoria, ajudando-as a formar o conceito que elas têm de si. Algumas crianças surpreendentemente podem até ter um

autoconceito bem estruturado para a idade delas. Mas o que lhes falta é uma compreensão clara do mundo ao seu redor — o mundo de seus pais, da comunidade, da escola e dos seus amigos. Elas ainda não acumularam uma quantidade suficiente de experiências para capacitá-las a interpretar o mundo em relação a si mesmas. E como conhecimento é poder; as crianças sentem essa falta de poder.

Os pais são os guias nessa longa jornada rumo à formação do caráter. Ao longo do caminho, as crianças plantam frágeis sementinhas de integridade, criatividade, auto-estima, amor, trabalho e muitas outras qualidades. Precisamos caminhar com cautela. Deliberadamente causar frustrações a essas crianças ou "fazer tropeçar a um destes pequeninos" (como Jesus disse) é o mesmo que calçar botas e sair pisando no jardim de lindas flores que elas cultivaram.

Mas elas são muito mais do que flores sendo cultivadas; estamos lidando com almas da criação de Deus e com boas intenções, que têm conseqüências eternas. Talvez seja por isso que Jesus disse: "Melhor fora que se lhe pendurasse ao pescoço uma pedra de moinho, e fosse atirado no mar, do que fazer tropeçar a um destes pequeninos. Acautelai-vos" (Lc 17:2-3). As crianças são uma maravilhosa criação de Deus com um tremendo potencial. Guiá-las na jornada de aprendizado da vida é uma grande responsabilidade.

Essa é uma questão séria que merece que uma profunda reflexão. Será possível que você esteja sem querer fazendo tropeçar esses pequeninos? Na prática, qual é a dinâmica dos seus relacionamentos familiares? Como você lida com as conversas à mesa do jantar? Nas reuniões de família? Como você reage quando o seu filho lhe faz algum pedido? Ou lhe traz algum problema? Como você lida

com o fracasso? Você já se imaginou no lugar do seu filho e qual seria a sua reação diante das mesmas dificuldades? Quando o seu filho mostra-se constantemente frustrado, alguma atitude sua alastra ainda mais o problema?

Toda família enfrenta crises e situações de confrontação, mas o que você diz — bem como a maneira com que você diz — é de suma importância.

As muitas faces da raiva

Voltemos à perspectiva pessoal por um instante. Imagine-se numa situação ameaçadora. Talvez você tenha acabado de descobrir que o seu emprego está por um fio. Ou talvez o carro atrás de você na avenida o esteja seguindo para lá e para cá há mais de sete quilômetros. Como você irá expressar a sua frustração?

Segundo as palavras de Neil Clark Warren, as pessoas expressam a raiva que sentem a fim de "lidar com aquelas fontes internas e externas de dor, frustração ou ameaça" e "diminuírem a dor interna o máximo possível".[3] Pense numa chaleira. Quando a pressão e o calor se acumulam dentro dela, é necessário que haja um *escape*. O apito é útil, pois ele nos avisa quando a água chegou a uma determinada temperatura. Da mesma forma, os seus sintomas de raiva servem de aviso às pessoas sobre o nível de pressão que está acumulada dentro de você.

São poucas as diferenças na forma de expressar raiva entre crianças e adultos. Sim, os adultos têm muito mais vocabulário e têm uma variedade muito maior de recursos para utilizar — inclusive a força física. Mas quando você presencia algum adulto perder a cabeça, é só fechar os olhos e você facilmente poderá confundi-lo com uma criança

de oito anos. Antigos hábitos são difíceis de se perder, inclusive aqueles de expressão emocional.

Por outro lado, ao expressar toda a raiva que sentem, os adultos se apóiam em uma forte e estruturada base de poder. Aí está a diferença. As crianças "fazem escândalo" a partir de um estado de dependência e de limitações em relação ao mundo ao redor. Elas podem ser bastante astutas no que diz respeito a "dar um jeitinho" e à manipulação, mas são raras as vezes em que elas têm poder o suficiente para causar as mudanças que desejam. Se você se sente impulsionada a comprar um vestido extremamente caro ou seu marido deseja comprar aquela mochila de golfe da vitrine, pelo menos vocês têm a opção e a possibilidade de entrar naquela loja e comprar ou não o que quiserem. A pequena garota que vê a linda casa de bonecas não tem nenhum poder, nem autonomia. Ela não tem bases próprias e também não tem conhecimento suficiente para entender por que uma compra tão maravilhosa dessas talvez seja inapropriada.

Na maioria das vezes, você consegue identificar o motivo da sua frustração e até mesmo qual medida ideal a ser tomada para solucioná-la. O mesmo nem sempre é verdadeiro para a criança — ela sabe que está brava porque não a compraram a linda casa de bonecas, mas ela não consegue identificar as questões mais complexas ao seu redor que a aborrecem. Portanto, você precisa perguntar-se constantemente: "O que está aborrecendo o meu filho? O que ele quer? É algo apropriado? Mais alguém lhe causou frustração?".

Talvez o desejo dele não seja algo plausível ou realista. Talvez o que ele quer é ser mais velho ou mais forte, ou deseja ter mais poder, mais espaço ou dinheiro. Ele pode

simplesmente estar reagindo a uma fase de crescimento ou aos hormônios. Talvez ele tenha sido tratado injustamente por pessoas que fogem até mesmo ao seu controle. Talvez ele esteja sentindo inveja das posses ou dos privilégios que alguns amigos têm.

Mas haverá também situações em que se pode reconhecer a fonte de dor ou frustração para fazer os devidos ajustes. Talvez você mesmo seja o motivo da frustração. Faça o que for possível e o que estiver ao seu alcance para acertar as coisas. Crescer já é muito difícil para que as pessoas a quem amamos criem ainda mais barreiras.

Antecipando o futuro

Talvez você já tenha passado horas sonhando com o futuro dos seus filhos. Você os imagina tendo uma vida saudável e bem-sucedida, produzindo bastante em suas carreiras e dando netos lindos para você. Naturalmente, você não ficou pensando nos amargos frutos da raiva que eles talvez colham no futuro. Não é o tipo de pensamento que gera sonhos agradáveis. No entanto, a maior e mais desafiadora ameaça à vida feliz e saudável do seu filho é a presença desapercebida da raiva mal resolvida. Os danos se alastram à mente, à alma, ao espírito e às energias. É possível associar praticamente todos os conflitos da vida adulta a uma única fonte em comum.

Sem dúvida, já experimentamos desse fruto amargo. Vivemos num mundo onde há loucura nas estradas, violência nos lares, adolescentes suicidas, terrorismo em ascensão, políticos em guerra, rebeliões em grupo, demonstrações de fúria no rádio e na TV e inúmeros outros sintomas decorrentes de um mundo nervoso. Como o profeta

Isaías descreveu: "Ai do bramido dos grandes povos que bramam como bramam os mares, e do rugido das nações que rugem como rugem as impetuosas águas!" (Is 17:12). O nosso dever para com os nossos filhos e para com a sociedade envolve identificar e lidar com as raízes do problema hoje, enquanto os nossos filhos ainda são novos e ensináveis, antes que o estrago seja feito.

Mas os nossos esforços têm de começar com a imagem que vemos refletida no espelho. Seremos incapazes de ensinar os nossos filhos até que nós mesmos aprendamos as lições e sejamos transformados por elas. Isso significa aprender a lidar com a própria raiva. No capítulo 8, veremos a fundo o que os pais precisam compreender para efetivamente disciplinar os seus filhos.

Sou um pai privilegiado. Quando os meus filhos ainda eram pequenos, eu não fazia a menor idéia de como ajudá-los a lidar com as suas emoções. Felizmente, eu aprendi essas vitais lições a tempo — a tempo de minha esposa e eu podermos educar os nossos filhos enquanto eles ainda eram novos. O objetivo era ajudá-los a atingir um elevado nível de maturidade até os dezessete anos, para que tanto nós quanto eles pudéssemos nos sentir confiantes quanto à sua passagem à vida adulta.

Carey, David e Dale hoje são adultos que sabem lidar bem com as suas vidas e emoções, e, às vezes, para a minha surpresa e admiração, muito melhor do que eu. Quando os observo, sinto uma das maiores alegrias de minha vida, porque sei que os meus filhos são pessoas de caráter e de integridade.

Eu também me sinto profundamente agradecido por meus filhos não terem de carregar as cicatrizes e feridas emocionais que tantos filhos carregam em sua passagem à

vida adulta. Eu me refiro especificamente à sensação de que algo lhes falta, algo essencial para as suas vidas. Essa sensação impede muitos adultos de ser e fazer tudo que eles gostariam de ser e fazer. Não é resultado apenas da ausência do amor incondicional, mas também da raiva que não foi tratada.

Amar os seus filhos incondicionalmente e ensiná-los a lidar com a própria raiva de forma cada vez mais madura são os dois melhores presentes que você pode dar a seus filhos. Os nossos objetivos com este livro são ambiciosos; comecemos, portanto, a jornada.