

A Separação e o Divórcio dos Pais

Os adultos precisam urgentemente de silêncio para poderem pensar e perceber que são capazes de reconstruir, reinventar e acreditar num mundo melhor para eles e para as suas crianças. Do ponto de vista das crianças, não há separação de pais que tenha um final feliz. Todas envolvem um grau de sofrimento psíquico. Contudo, dependendo do grau de instabilidade /estabilidade emocional dos adultos, existem inúmeras coisas que os pais podem fazer para minorar as dificuldades dos seus filhos perante estas circunstâncias. A separação é um processo interminável e que constitui um trauma dificilmente integrável para o psiquismo das crianças como refere, Maurice Berger, pedopsiquiatra, que refere que a separação depende da densidade das vinculações que se organizam, o divórcio para as crianças é uma realidade confusa e muito dolorosa onde existe um grande número de crianças que sofre, devido às condições de existência difíceis em que viveram antes da separação e cujas marcas persistentes as impedem de tirar proveito de alguma tranquilidade e estabilidade. Mas apesar de “toda a crise encerra em si mesma um potencial evolutivo”, como escrevia o famoso pedopsiquiatra inglês, Donald Winnicott, nunca é demais ajudar os adultos a fazerem da parentalidade uma tarefa responsável, que, uma vez assumida, deve implicar compromissos sérios de respeito pelas crianças, já que são elas, sempre as mais desprotegidas e vulneráveis face às reorganizações de vida dos pais. Perante a separação dos pais, e de forma variável de acordo com múltiplos fatores (idade, sexo, competências próprias, por exemplo), podem ocorrer nas crianças alterações sintomáticas reativas que, se mantidas, devem constituir sinais de alerta para uma intervenção especializada, por exemplo, é normal existirem expressões claras de alteração do humor, com mais labilidade emocional traduzida em choro fácil, irritabilidade, isolamento, quebra do rendimento escolar e muitas alterações do comportamento com alguma, por vezes, muita instabilidade, face ao adulto e ao grupo de pares, tal como são possíveis, as referências a alterações no padrão de sono e de adormecimento e também alterações alimentares. Mas, já é patológico que, passado algum tempo,

a criança se tenha organizado preferencialmente na dependência de alguns sintomas, com nítida paragem, regressão ou desvio do seu desenvolvimento, como o caso do João, de 7 anos, que passou a não conseguir separar-se facilmente da mãe que após a avaliação cumpre os critérios clínicos de uma fobia escolar, que mantinha um ano após a separação, o caso da Inês, que não conseguia adormecer há mais de 8 meses, o caso da Madalena, onde a enurese noturna surgiu repentinamente aos 9 anos e insistia em permanecer, na sequência da separação atribulada dos seus pais, o caso do Pedro de 14 anos que apresentava indicadores clínicos de uma depressão, o caso da Maria de 3 anos que recusava qualquer tipo de alimentação, tanto em casa como na escola, tantos e tantos meninos e meninas e tantos adolescentes, que passaram na minha consulta e que recorro a forma dolorosa e muitas das vezes, surpreendente em como estas crianças idealizavam e preservavam o vínculo que as une aos pais, os inúmeros desenhos da família projetavam-se nas folhas brancas e falavam por si. Muitas destas crianças tem a perfeita noção e sabem que o pai e/ ou a mãe tiveram comportamentos menos adequados, no entanto, pensam que esta responsabilidade é imputável aos seus pais. Num grau mais elevado de sofrimento psíquico, são crianças que se opõem a falar das suas relações com os pais, que “fingem” esquecer-se do passado e que exige um trabalho, muitas das vezes, articulado com a área da pedopsiquiatria.

Muito importante, para evitar evoluções negativas convém não esquecer que:

- É sempre desejável minimizar as consequências de uma separação que recaiam sobre as crianças, nomeadamente com os habituais sentimentos de culpa, perda, abandono;
- É importante os adultos respeitarem o direito dos filhos manterem uma imagem de pai e de mãe afetivamente forte, estável e contínua, com livre acesso a ambos, em contactos regulares combinados de forma harmónica e previsível (embora sem rigidez);
- Os filhos devem ser preservados de eventuais focos de conflito entre próprios pais, gozando de um ambiente de neutralidade benevolente, já que a criança pode anular-se ou deprimir-se se é forçada por um desses adultos a aderir a eventuais posições negativas face ao pai ou mãe ausente, com risco de bloqueio das

identificações masculina e/ ou feminina que, para serem estruturantes da personalidade, necessitam de existir como modelos de referência;

- Pode ser necessário ajudar os pais no sentido de colaborarem na reparação de eventuais situações episódicas de conflito pai-filho ou mãe-filho, habitualmente mais previsíveis se os respetivos progenitores começam novas relações;
- O papel da família alargada, bem como a da escola, é sempre muito importante nestas fases de transição;
- Não está provado que as crianças de “novas famílias” tenham mais dificuldades evolutivas futuras. Inclusivamente há casos em que as crianças podem melhorar no seu funcionamento se existir modificação de eventuais situações traumáticas da dinâmica familiar, mas, de uma forma global, existe sempre um grau de risco;
- Para as crianças, esse maior risco evolutivo reside na rigidez dos pais ou adulto que as envolvem.

A responsabilização parental é como costume dizer: - Um bilhete de ida sem volta! Um ponto determinante e como nos diz o pedopsiquiatra Pedro Strecht, a nossa sociedade não pode continuar a ser espectador passivo de adultos, que mesmo não tendo declaradamente capacidade de cuidar dos seus continuam a utilizá-los como alvo projetivo das suas próprias disfunções psicossociais e a tornarem as separações um processo ainda mais doloroso do que ele já o é na realidade para as crianças. No entanto, a vida emocional e afetiva não é linear, mas é suficientemente grande para nos deixar sempre uma esperança de que, se for rica e suficientemente preenchida por boas experiências relacionais humanas, cresceremos mesmo com maus momentos, mas sem a maior sombra de dúvida que enfrentamos um dos maiores e sérios problemas de saúde mental, que está a traçar rotas e destinos na organização da nossa sociedade e no rumo e futuro das nossas crianças: a falta de afeto, a falta de amor.

Susana Martinho, 2016

Psicóloga Clínica