

II PAINEL: ANSIEDADE NA CRIANÇA E NO JOVEM
TEMPO PARA BRINCAR

Joana Espírito Santo

O tempo para brincar é o tempo para experimentar a vida, entrar em contacto com a realidade, conhecê-la, transformá-la, integrá-la, elaborá-la e crescer com isso. Todo o animal jovem aprende a brincar e, para o fazer, necessita de espaço e de tempo. Não podemos dizer que o que importa é apenas a qualidade do tempo e não a quantidade porque, no que ao desenvolvimento diz respeito, para que haja alguma qualidade, é necessária quantidade suficiente. Quando uma criança brinca, o tempo pára, as horas perdem-se, os minutos voam e a noção de tempo atinge a sua plena relatividade. Contudo, o tempo para brincar é bem diferente do tempo de brincar. Porque há tempos para as coisas, nem sempre é tempo de brincar e nem tudo se pode fazer a brincar. A verdade é que uma criança com tempo para brincar, aceita melhor que nem sempre é tempo de brincar.

Brincar é experimentar, explorar, descobrir, criar, transformar, testar... É uma forma de aprendizagem extremamente rica, que vai evoluindo ao longo do desenvolvimento e de que o jogo simbólico é apenas mais uma etapa. Os progressos da medicina fetal dos últimos anos permitem-nos saber que, a partir da 18ª semana de gestação, existem movimentos intencionais do bebé *in utero*. Estes movimentos intencionais, que se sucedem aos movimentos reflexos das primeiras semanas de gestação, reflectem-se na procura de posições mais confortáveis, sucção do polegar, rotação da cabeça, respostas motoras a estímulos e condutas exploratórias. Se olharmos para o brincar como uma forma de explorar e experimentar o ambiente e a vida, então podemos dizer que o bebé começa a brincar *in utero*. Não estamos naturalmente a falar de jogo simbólico, tal como ele aparece por volta dos 2 anos, mas existe claramente brincadeira antes do jogo simbólico e esse brincar funciona a favor do desenvolvimento.

O bebê humano explora o ambiente à sua volta, agarra com os olhos o mundo que o rodeia e pode estar horas entretido com isso. Observa as próprias mãos, palpa, leva tudo à boca – o seu scanner descodificador de todas as texturas - lê os sinais na face humana, lê as emoções dos que o rodeiam... Mais tarde rebola, gatinha, anda, caí, levanta-se, adquire maior controlo sobre o seu corpo. Abre e fecha. Esconde e encontra. Tira e põe. Sobe e desce. Agarra e larga. Deixa cair e espera. Testa a resistência dos materiais. Testa a paciência dos pais. Procura limites. Assusta-se. Confia e desafia. Tudo isto acontece natural e espontaneamente. São brincadeiras e experiências espontâneas e exploratórias dos primeiros anos de vida, que preparam o terreno para outras aprendizagens mais tardias, como adicionar e subtrair, multiplicar e dividir, juntar as letras, combinar as sílabas, construir o pensamento e ligar os conhecimentos; ou até medir um salto do 3º degrau de umas escadas, desviar-se agilmente de uma colisão frontal no recreio, saber esperar e sentir-se forte e confiante na conquista do mundo. Assim se brinca na infância. O bebê e a criança pequena entram em contacto com o mundo à sua volta e aprendem a conhecê-lo e a usá-lo, brincando, experimentando...

Mais tarde, o convívio e a socialização com outras crianças vêm abrir um mundo novo de brincadeiras, de experiências em grupo, de aventuras, de asneiras, de dissabores, de sonhos e fantasias, de conquistas e de realizações. Quando brincam juntas, as crianças “educam-se” entre si e aprendem valores fundamentais da vida. Aprendem a ganhar e a perder, a respeitar as vontades dos outros e a fazer valer as suas, aprendem a fazer batota e a deixar de fazer batota, aprendem as diferenças e as afinidades, aprendem o respeito, a solidariedade, a amizade e o amor.

Em suma, os bebês precisam de CHÃO e as crianças precisam de RUA.

Quando assim é, a Adolescência – com todas as suas vicissitudes – apresenta-se de forma saudável como um poderoso trampolim para a vida adulta. Na Adolescência as brincadeiras são outras, algumas até perigosas, mas num ambiente são, seguro e confiável, serão sempre fonte de aprendizagem e crescimento.

Se os bebês precisam de chão e as crianças precisam de rua, os adolescentes precisam de MUNDO.

Jogar é coisa diferente! Jogar implica regras, pontos, vencedores e vencidos. Implica outras operações cognitivas. Também é divertido, também é estimulante e também é importante. Contudo, constatamos que as nossas crianças jogam mais do que brincam. E, se jogar desenvolve inúmeras capacidades, é no brincar que acontece o desenvolvimento da pessoa.

Falemos de AMBIENTE.

Donald Winnicott, um Pediatra e Psicanalista britânico, que desenvolveu trabalho e revolucionou a forma como a comunidade científica olhava para o desenvolvimento nos anos 40 a 70 do século passado, veio precisamente chamar a atenção para a importância do ambiente no desenvolvimento. Ele e a sua mulher, Clare, trabalharam com crianças e famílias no período pós-guerra (IIª Guerra Mundial) e, juntos, transformaram o conhecimento assim como as práticas de acompanhamento à infância e à família.

Segundo Winnicott, o bebé, quando nasce (e até antes disso), tem uma tendência inata para o amadurecimento / desenvolvimento. Essa tendência – biologicamente pré-programada – não funciona por si só; necessita de um “ambiente facilitador”. O ambiente – que pode ser facilitador ou perturbador do desenvolvimento – está inicialmente centrado na mãe e nos cuidados maternos e parentais e vai-se alargando, ao longo da vida, passando pelo mundo que nos rodeia, a realidade à nossa volta e, finalmente, a Cultura.

O “ambiente facilitador” é simplesmente aquele que, por um lado, permite a acção natural desta tendência para o amadurecimento (inata, pré-programada biologicamente) e não a interrompe e, por outro lado, aquele que responde às necessidades e mantém o interesse pela vida e pelo mundo.

A ansiedade e o stress, assim como a agitação e a hiper-estimulação, são factores ambientais perturbadores do desenvolvimento. Perturbam o desenvolvimento porque inibem a espontaneidade. Num ambiente seguro e confiável, a espontaneidade é preservada, porque a experiência não é interrompida e o contacto com o mundo e a realidade avança à medida que a criança é capaz de os absorver e transformar. É ela que imprime o ritmo e a cadência; é aqui que reside o tempo para brincar. O tempo para

brincar não significa portanto que devemos deixar as crianças brincar o dia inteiro, todos os dias... até porque há também o tempo de brincar. O tempo para brincar significa que, quando uma criança está a brincar e brinca de forma espontânea e saudável, esse tempo é tempo útil e sagrado; é tempo de aprendizagem, formação de carácter e sabedoria. A quantidade de brinquedos pode ser hiper-estimulante, dispersora e nociva. Uma criança com muitos brinquedos, brinca sempre com os mesmos. Uma criança sem brinquedos, inventa-os. Devemos estar mais atentos ao tempo que uma criança tem para brincar do que à quantidade de brinquedos de que dispõe para o fazer. Uma criança sossegada a ver televisão está entretida, mas não está a brincar. O brincar está na acção e na experiência, que pode ser individual ou partilhada, o que a enriquece. Na escola, o tempo de recreio é por isso fundamental e é ao ar livre que as crianças brincam mais à vontade.

Tenho recebido no consultório algumas crianças que não sabem brincar... Perderam a espontaneidade, estão inseguras e inibidas. Jogam, mas não brincam. Chegam a estar meses sem brincar. Primeiro precisam de me conhecer e de confiar em mim. À medida que se vão ambientando àquele espaço e àquele *setting*, à medida que me vão conhecendo e confiando naquele todo, então começam a brincar e, durante esse tempo (que é o tempo de uma sessão) acontecem mil coisas, mil vidas, viagens, sonhos, realizações e aventuras... mas sobretudo acontece algo de fundamental: a espontaneidade é recuperada e, com ela, a imaginação e a criatividade. A criança volta a entrar em contacto consigo própria e com o seu mundo interno e, sem medo, sem hesitações, volta a explorar e usar o mundo à sua volta, a realidade, transformando-os à sua maneira e para sua satisfação.

Ambiente, Confiabilidade e Cultura. 3 palavras-chave na obra de Donald Winnicott. 3 pistas fundamentais para pais e educadores. Deixemos as crianças usar o seu tempo para brincar e experimentar a vida. Sejamos capazes de lhes oferecer um ambiente são e limpo de tanta informação desnecessária. Sejamos seguros e confiáveis, coerentes. Confiemos nelas e na sua tendência natural para o amadurecimento e não queiramos impingir-lhes estímulos desnecessários. Facilitemos o seu encontro com outras crianças e jovens. Sejamos capazes de lhes transmitir a nossa Cultura. Assim haverá tempo para brincar, experimentar e descobrir a vida toda.