

DO PEDOPSIQUIATRA  
PEDRO STRECHT

# QUERIDOS AVÓS

O PAPEL DOS AVÓS NA  
VIDA DOS NETOS  
(de A a Z)



verso de kapa

Título: Queridos Avós – O papel dos avós na vida dos netos (de A a Z)

Autor: Pedro Strecht

Editoras: Maria João Mergulhão

Maria da Graça Dimas

Revisão: Teresa Antunes

Design de capa: 386 Design, Lda

Paginação: José Teixeira

Impressão e acabamentos: ACD Print

1.ª edição: julho de 2016

ISBN: 978-989-8816-32-0

Depósito Legal N.º 411692/16

© 2016, Verso da Kapa e Pedro Strecht

Verso da Kapa • Edição de Livros, Lda.

Rua da Boavista, 132-134

1200-070 Lisboa

info@versodakapa.pt

www.versodakapa.pt

*O que mais interessa na vida não é saber prever  
o perigo de todas as viagens que faremos ao longo  
da vida; é, realmente, tê-las conseguido fazer.*

Agostinho da Silva



## PREÂMBULO

De entre as múltiplas mudanças sociais e familiares dos últimos anos, é inequívoco o papel que os avós adquiriram na vida emocional dos netos. De forma direta, eles são cada vez mais uma presença física e afetiva mais ativa e moduladora no seu desenvolvimento, e desde os tempos iniciais até ao final da adolescência e início da idade adulta.

Perante uma sociedade extremamente exigente e ativa, que registou mudanças vertiginosas em campos tão essenciais como a saúde, a educação, a proteção social e até toda a forma de comunicação (sobretudo tecnológica) – que trouxe a emergência do que muitos sociólogos designam já por “*homo laborans*”, em que o trabalho é a maior condicionante da vida dos adultos (pautada quase em exclusivo por padrões económicos) –, que mudou padrões de ideais e valores para um nível extremamente egocentrista, que tolera mal a contrariedade, a frustração, a espera e até a perda (incluindo a ideia de envelhecimento e morte), pela sua experiência de vida os avós transportam uma sabedoria integrada em pequenos gestos simples, mas indispensáveis para o dia a dia dos mais novos.

A uma especial sensibilidade e bom senso, juntam frequentemente presença física, regulação do tempo, proteção e barreira perante a hiperestimulação proveniente de uma sociedade de imagem e de contacto ininterrupto (embora à distância), solidez de convicções e modelos, estabilidade e rotina de padrões de vida, capacidade de lidar e prosseguir perante o negativo, questões tão necessárias quanto mais esquecidas do padrão emocional que, sem repararmos, oferecemos sem grande filtro a todas as crianças e adolescentes.

Na organização comum das famílias atuais, os avós reforçaram o seu papel de pilar de segurança. Hoje, o número de filhos por casal diminuiu significativamente. A taxa de separações e divórcios dos casais aumentou e supera já o que diz respeito a uniões ou casamentos. A própria noção de família é diversa, ampla, muito diferente da visão mais tradicional e inclui, independentemente do juízo de valor, pais separados, novos casamentos, filhos de uns e de outros, casais do mesmo sexo, filhos adotados por casais sem ou com outros biológicos, integrando ainda adoções singulares e, de novo, por pessoas do mesmo sexo. É raro existir uma avó ou um avô que não se confronte com uma parte desta nova realidade, mais fechada ou remota na sua própria experiência pessoal.

Muitos avós dizem: “A vida dos meus netos é muito mais fácil do que a do nosso tempo”. Outros sentem-se perfeitamente a tomar partido pela posição inversa: “Coitados, passam por coisas que nem nunca nós imaginávamos na idade deles...”. Em grande parte, ambas as perspectivas podem ter um lado verdadeiro. Tal como a ideia de que hoje se é avô numa idade mais tardia do que dantes, embora os adultos, nessa sua fase de vida, sejam tendencialmente mais ativos do que, por exemplo, eram os seus próprios avós.

Todavia, sobre uma questão parece existir opinião unânime: evoluímos muito na forma como olhamos para a infância e adolescência como espaço vital de crescimento, bem como da sua necessidade de proteção global. Protegemos mais e melhor todos quantos estão dentro desta faixa etária, pelo que a pergunta que por vezes já faz sentido fazer é se não o faremos em excesso, privando-os de uma certa capacidade de saberem lidar de forma autónoma e consistente com os desafios da realidade envolvente.

Os próprios pais procuram de igual modo cada vez mais informação sobre áreas do desenvolvimento cognitivo e emocional dos filhos, esquecendo não raras vezes que mais

informação não significa necessariamente mais conhecimento ou até uma certa sabedoria de algo que, em muitas circunstâncias, não tem só uma resposta certa ou segura: o desejo de ser a mãe ou o pai perfeito, tudo fazendo (ou pelo menos tentando) para atingir o bem-estar incondicional dos filhos, liga-se a uma ideia global de felicidade que parece já não suportar a ideia da falha, do erro, e da aprendizagem que daí poderá resultar.

Acresce a este ponto, uma sociedade cada vez mais dominada por questões do foro economicista na qual as crianças e os adolescentes podem, em muitos aspetos, aceder de forma demasiado fácil e instantânea ao seu desejo ou impulso imediato. Perdeu-se o valor da necessidade de algum tempo de espera, da possibilidade de construir e elaborar o desejo, de ter de revelar algum envolvimento para que o próprio tenha disso resultados ou benefícios. A tecnologia ajuda maravilhosamente a cobrir distâncias, a reforçar contactos, a produzir entretenimento, mas não há também qualquer dúvida sobre o peso frequentemente excessivo que implica na rotina de muitos rapazes e raparigas, deixando-os, em várias situações, mais fechados sobre eles próprios, menos capazes de lidar com a frustração, aumentando um hiato de relação e de comunicação com os outros em geral.

Na minha prática clínica, lido também cada vez mais com avós. Muitos trazem os netos a consultas, quando os pais estão em horário de trabalho ou demasiado ocupados com outras necessidades. Gostam de ouvir e dar a sua opinião. Têm um ponto de vista que pode ser complementar, contraditório, em suma: útil. Levam e trazem recados, vão buscar à escola e vão levar a casa ou a atividades extracurriculares, ajudam a estudar, dão conselhos, mas, mais do que tudo, envolvem-se na sua forma particular de conhecer os seus netos. Transportam uma outra visão da vida. Têm uma espécie de lente especial que vê as mesmas coisas de uma outra maneira. Possuem mais espaço

e tempo para uma atitude simultaneamente próxima e saudavelmente crítica, onde ligar, refletir e agir adquirem uma outra dimensão emocional e humana.

Ignorar esta nova parcela da realidade é, de verdade, não estar suficientemente atualizado sobre o que de mais comum acontece hoje na vida de muitas crianças e adolescentes. Todos somos filhos e, embora atualmente possamos já ser pais, tivemos certamente os nossos próprios pais e avós e assim sucessivamente. Nos tempos atuais, pensar sobre uma criança é não só fazê-lo numa perspectiva transversal do momento em que ela se encontra rodeada da sua família de base (nuclear) de pai e mãe, irmãos (eventualmente) e avós, mas também conseguir perspectivá-lo num modelo longitudinal que, ao tentar avaliar o tempo presente e o desejo de construir um futuro melhor, não se pode desligar do peso que o passado (embora recente) ainda pode evocar.

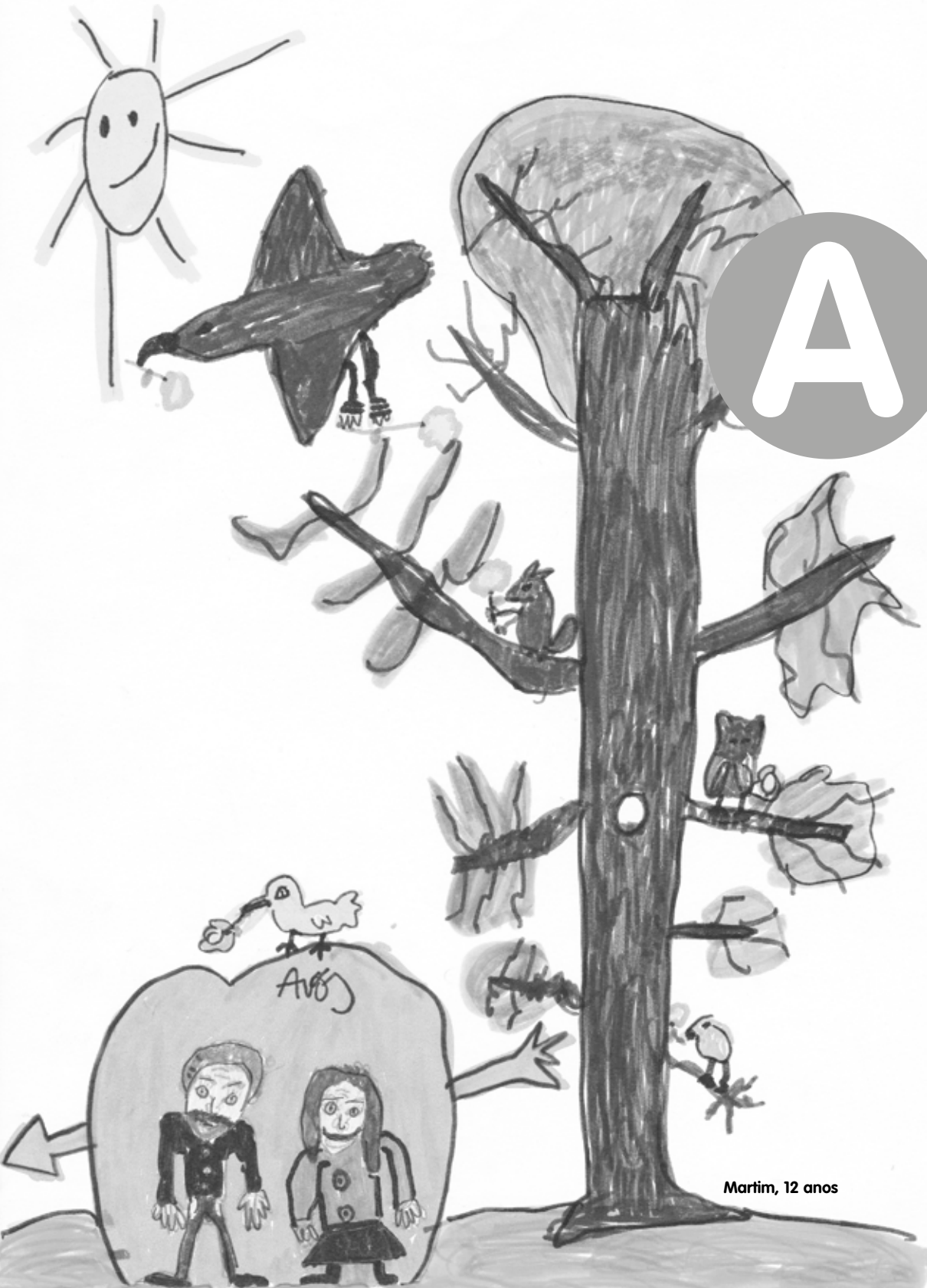
Melhores avós, melhores netos. Sim, sem dúvida.

Certos de que sobre modelos de relação precoces ficarão sementes que germinarão sempre, pela vida fora, mesmo à distância do que já foi vivido, mesmo depois da presença física daqueles que certamente só privaram connosco nos anos iniciais das nossas vidas, pois a sua memória é eterna e o nosso diálogo interior com cada um deles... perpétuo.

Pedro Strecht

Nota: Escolher palavras que representem conceitos ou ideias fundamentais na relação entre avós e netos não é uma tarefa fácil. A seleção que fiz está organizada de A a Z, e ao longo do texto destaco algumas palavras pela sua positividade. Gostaria, no entanto, de incentivar os avós a utilizarem – sozinhos ou na companhia dos netos – outras tantas que lhes pareçam significativas!





Martin, 12 anos

# A

Os Avós habitam a vida dos netos. Os netos precisam muito das avós e dos avôs para habitarem melhor as suas próprias vidas.

A origem etimológica da palavra habitar reporta-se à ideia de estar satisfeito, em paz. De ser conduzido à paz e nela permanecer.

Uma paz habitável não implica a ideia de ausência de conflito ou dificuldade. Estar tranquilo, ser feliz, implica não apenas a vivência de situações constantemente boas ou de **afeto** positivo. Estar em paz é, nesse sentido, valorizar todas as coisas boas e más da vida, todas as experiências integradas ao longo de um tempo, sabendo tirar o máximo prazer delas.

Pela qualidade da sua relação mútua, avós e netos podem potenciar o que de mais profundo todos almejamos: o desejo de **amar** e ser amado. O prazer de existir.

Certa vez, uma criança de 6 anos explicou-me: “**Avozar** é tudo aquilo que os avós nos fazem. Por exemplo, gostar. Os pais também gostam de nós, claro. Mas a maneira como os avós o fazem é diferente, percebe?”

Percebo. É como a receita de um bolo. Não sabe ao mesmo quando é feito por outras mãos, mesmo que a receita seja igual. É muito mais do que a soma matemática de ingredientes ou do tempo que leva em cozedura.

Tudo aquilo que os avós fazem com os netos é expressão de um **afeto** que não se repete, que sai a olho e, por isso, muitas vezes nem se diz ou escreve: é fruto da experiência de quem já fez outros bolos. Por exemplo, de quem já foi pai ou mãe e aprendeu bastante com isso mesmo.

No campo dos **afetos**, os avós são o tronco da árvore. Os filhos, agora pais, os seus ramos. Os filhos dos filhos (ou netos), as diferentes folhas ou frutos que dela brotam.

Muito do que flui nessa relação de **amor e afeto** acontece, não raramente, em silêncio. Está além de uma comunicação exclusivamente verbal. Os avós compreendem os netos de diferentes maneiras, desde o olhar, à agitação ou à tranquilidade que aparentam.

É sobre este silêncio que o seu pensamento fica em voo livre, aberto, sobre aqueles a quem se destina, em múltiplas formas de **amar**. Os avós podem ajudar os netos a **aceitar** o valor do silêncio ao longo da vida.

Os avós já amaram muito. De verdade. Têm o coração pleno de ilusões e desilusões. Conhecem como ninguém o valor dessa palavra tão fácil de dizer, mas tão difícil de praticar.

No **amor**, conheceram mais **alegrias** e tristezas. Sobre essa palavra, sabem dizer da sua textura, local onde existem planícies imensas a germinar ao sol, declives perigosos de muitas descidas, onde mora o desamparo de quando chove, e chove sem parar em certas ocasiões da vida.

Os avós sabem de cor a receita do **amor**. Que não é milagrosa, nem passível de repetição. Contudo, ela escorre-lhes pelo corpo de uma forma diferente. E muitos netos dão conta disso: “está a **avoçar!**”.

Os netos sentem-no na ternura do gesto, na rugosidade de uma pele mais marcada pelo desgaste de décadas, como a das mãos que os tocam desde o primeiro dia, ao colo, até outros, quando mais tarde os guiam pelo caminho de volta a casa no final de um dia de escola.

Este **afeto** de avó ou avô pode ser cumprido através de diferentes sinónimos. Infinitos, até. Quase sempre com uma **alegria** especial. Dar colo, mimar, levar, buscar, deitar, sonhar. Tarefas em tudo semelhantes ao que outros podem fazer – em especial os pais – e que eles próprios também já cumpriram, mas sintonizados num outro tempo, num outro espaço.

Os avós vêm de outro tempo. “Se calhar tiveram de lutar contra dinossauros”, afirmou (em dúvida) um rapaz de 5 anos.

“Acho que o meu avô é aventureiro... Se não, como é que ele já tinha vivido tanto?”

Tem razão, esta criança. É bem provável que nas infâncias dos seus avós o tempo passasse bem mais devagar. Que fosse necessário ter uma certa dose de coragem para vencer as aventuras que os trouxeram até aos dias de hoje, em muitos casos não só íntegros como, literalmente, inteiros: para os avós de agora, a adaptação aos tempos modernos não foi, com certeza, fácil: tanta mudança em tão pouco tempo!

Um tempo de **aceitação** mais simples do que representa o bom e o mau. Positivo e negativo. **Alegria** ou tristeza. Um tempo de satisfação nunca completa: as notas na escola não precisavam de ser as melhores, o emprego não tinha de ser logo o de topo de carreira. De metas definidas de forma mais tranquila, inatingíveis até, sem que isso representasse contrariedade ou decepção: ter televisão, adquirir carro, ter casa própria ou uma segunda habitação para férias.

Os avós são, por isso, de um outro espaço. Físico e emocional. “O meu avô sabe imenso sobre estrelas. Acho que ele já andou no espaço... Não sei como, até porque ele agora já quase não anda... Quer dizer, ele já é o meu bisavô!”, referiu uma menina de 8 anos.

Simbolicamente, sim. Os avós são do tempo em que, boquiabertos, viram o homem chegar... à Lua! Desvendar outros limites; e, se à época isso pareceu importante, hoje dir-se-ia que, realmente, foi apenas um começo de todos os espaços que sucessivamente se abririam, exigindo maleabilidade e adaptação.

De todos, o mais recente é o espaço cibernético, em que os netos parecem navegar como ninguém, tão esquecidos de si próprios e dos outros. Por vezes, não tem mal nenhum puxar-lhes os pés para a terra, abrir-lhes os olhos e dizer: “Terra chama Lua... Alô... Alô! Escuto”.

Os avós parecem lutar contra a falta de gravidade da vida de alguns netos. E logo eles, que já pegaram e largaram tanto,

que precisaram de fincar pés bem fortes no planeta que os viu nascer...

Dizem que o espaço é feito de silêncio. E paz. Será habitável?

Percebo que o avô dessa menina soubesse de estrelas. O meu também. Ensina-as nas noites de verão, a todos os netos que o quisessem acompanhar a descer o paredão, um longo caminho de betão, disposto pelo homem para suster o caudal imenso da ria de Aveiro.

Alguns gestos de avós parecem os de astronautas, vão e voltam em câmara lenta, não gostam nem precisam de pressas. Mais que tudo, são gestos crentes da incerteza do retorno. “Imaginem o que era ir, sem a certeza de que seriam capazes de voltar”, explicava o meu avô a propósito da pioneira missão da Apollo 11, que alunara anos antes.

Imaginem então um avô diante de um neto: da maior parte do que lhe der (**amor, afeto, alegria, aceitação**), não irá ver o retorno. No entanto, é com uma segurança imensa que eles olham para isso, perguntando a si mesmos: “Que importa?”

Se vale a aventura de ver crescer? Certamente que sim. Parece que basta.

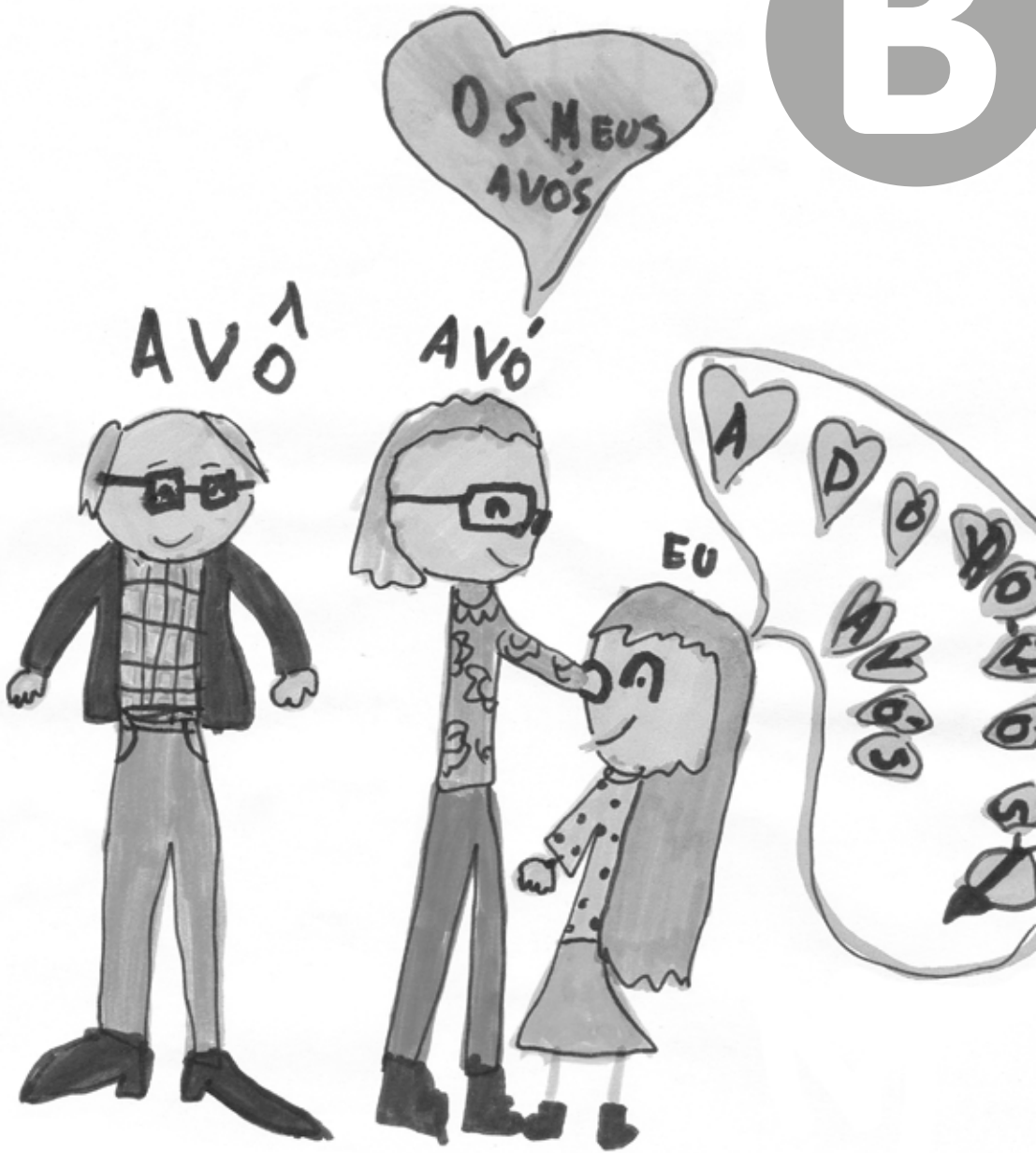
Os avós espalham sementes na vida dos netos. São agora e no futuro as estrelas do céu que iluminam caminhos. “**Avozar**”, como dizia a criança, é válido para sempre.

Quando o meu pai morreu, o nosso filho mais velho tinha apenas 3 anos e meio. Poucos dias depois, na praia, quis fazer um desenho para o avô. Em seguida, rasgou-o em mil pedacinhos e deitou-os ao vento, dizendo: “Vai para o céu, vai... O avô vai ver-te!”

Avô e avó são palavras ilimitadas. Representam o infinito, o escuro imenso de onde pode renascer a luz. Brilham na vida dos netos.



B



## B

Os Bebés são os netos preferidos dos avós. Marcam o ponto inicial de um trajeto para ambos. Os bebês são sempre bonitos. Os avós conhecem bem o valor da **beleza**, da importância de, durante a vida, sabermos criar e cuidar dos nossos lugares de **beleza**.

“A minha avó é médica, daquelas de ajudar a nascer bebês”, explicou uma menina de 11 anos. “Não há maior **beleza** do que o milagre da vida”, disse-me um dia essa avó. Tudo quanto é pequeno evoca habitualmente esse sentimento intenso, puro, profundo, de amor, **beleza**, compaixão: o melhor da humanidade.

O meu avô também era obstetra; falava sobre todos quantos ajudara a nascer como se ainda fosse hoje. Vi alguns adultos retomarem o tema se, por acaso, o encontravam. Lembro-me dos seus olhos plenos de orgulho e emoção quando os revia. Nos seus últimos anos de vida, tinha um entupimento do saco lacrimal de um olho; frequentemente precisava de limpar uma lágrima que lhe caía. Acho que nesses reencontros a mesma lágrima surgia de forma mais abrupta.

Os bebês são muito pequeninos, não fazem nada sozinhos. Estão totalmente sós e desamparados diante do mundo. São absolutamente dependentes do outro, tanto fisicamente como do ponto de vista emocional.

Os bebês apelam à necessidade de **bondade**. Tal como os avós, estão na franja das idades, representando as pontas mais vulneráveis de toda a história da humanidade. Tenho várias fotos ao colo dos meus avós. Os meus filhos também. A imagem do sorriso dos avós é, nessas alturas, diferente da dos pais: julgo que mistura alegria com nostalgia.

Mais do que em qualquer outra espécie, o tempo de ser bebé é imenso. É provável que, nesses curtos anos da primeira



infância, resida a base segura de um modelo de ligação e vinculação ao mundo em redor.

Imaginemos outro animal bebé. Mal nasce, é provável que tenha a capacidade rápida de se erguer, apoiando-se nas patas, e de se mover autonomamente para procurar a mãe e alimento. “Vi um bezerrinho nascer”, contava uma criança de 9 anos. “Já faz quase tudo sozinho!”

Mas o bebé humano necessita de ser pegado, envolvido (fisicamente e emocionalmente), cuidado: como expressam os anglo-saxónicos, há um *take care* que implica uma disponibilidade contínua, previsível, rotinada.

Demora mais ou menos um mês para que o bebé pareça agradecer espontaneamente esse esforço imenso de quem o envolve: é o primeiro sorriso. Depois, mais uns meses para que, sozinho, tenha a força suficiente para segurar a cabeça e olhar em redor. Mais um tempo para rodar, para se sentar, depois, bastante depois, para se sentar, para gatinhar em seguida e, só por fim, andar: entretanto, passou pelo menos um ano.

“Quando conto os anos dos netos, sei que somar é fácil. Quanto a mim, faço exatamente a conta oposta: subtraio. Um ano a mais para eles, um ano a menos para mim”, dizia-me, com um sorriso terno e conformado, uma avó de 13 netos.

Claro que os bebés não falam, mas, expressam o que pensam e sentem de muitas outras formas, aparentemente mais simples e não tão variadas: por exemplo, o sorriso e o choro.

Choro para fome, choro para dor, choro para desconforto (uma fralda por mudar). Choro desde o primeiro momento. Vir ao mundo, dar sinal de vitalidade no exato momento do parto implica que o bebé chore. Chorar quer dizer estar **bem**, estar vivo.

Mas o choro é também um apelo. Um pedido de ajuda que o bebé sabe utilizar de forma inconsciente. Apesar de médico, o meu avô tinha formação militar; dizia-se dele que

não chorava. Sei bem que não era verdade. Quem queria tanto **bem** a tantos bebés e a tanta gente só poderia ter um coração de mel.

O choro será uma inevitabilidade ao longo da vida de todos. Hoje, parece que aprendemos a não chorar demasiado cedo. A fazer de conta que não sentimos. A brincar com os sentimentos da pior maneira, fingindo que eles não são importantes.

Fingimos demais. Dizemos de forma trocista a um rapaz ou a uma rapariga mais crescidos que, por exemplo, choram com facilidade: “És um bebé!”. Nesse aspeto, a atitude dos avós e dos netos é bastante mais saudável: são mais transparentes, parecem ter muito menos medo de exprimir o que sentem diante de coisas tão simples quanto importantes.

“A minha avó chora muito mais do que a minha mãe. Eu acho que os avós são quase tão chorões como o meu irmão mais pequeno”, afirmava uma menina de 6 anos, para depois continuar: “Chora quando a visitamos em casa dela, diz que é de alegria. Chora quando estamos a vir embora. Diz que é de tristeza porque vai ficar sem nos ver.”

A minha avó também procedia exatamente da mesma maneira, sobretudo na última meia dúzia de anos da sua vida. Vivíamos longe; cada reencontro ou despedida tinha uma carga emotiva muito grande. Como se tudo parecesse sempre a primeira e a última vez. Contudo, ao pressentir a aproximação da sua morte, já com bastante mais de 90 anos, foi capaz de dizer com um sorriso para não nos preocuparmos, que “para onde eu for agora, vou ficar bem”.

Como costumava dizer, “a minha hora será breve”. Isto tornou muito fácil o nosso choro de despedida e ajudou a que a guardássemos facilmente na nossa memória em tudo o que foi a sua vida e não tanto a sua morte. De facto, esse momento foi breve, mas o nosso diálogo interior não – ainda hoje perdura.