

REPRESSÃO

2ª feira: 19/Maio/2003

Bom dia ouvinte do Caderno Manhã da rádio MEC. No quadro Escutar e pensar, nós vamos falar sobre você e o mundo à sua volta.

Quando pensamos em repressão pensamos logo que é uma coisa ruim. Lembramos dos nossos pais nos reprimindo, nos proibindo tantas coisas...de comer bala, de chegar tarde, de freqüentar tal lugar...E quanto mais voltamos no tempo, mais proibições. Há algum tempo atrás, fazia parte da educação dos filhos reprimir seus desejos sem dialogar, porque criança e adolescente não tinham querer.

Pensando um pouco além da família, lembramos da época em que as mulheres não podiam dar opinião, nem votar, muito menos ter uma vida sexual livre. Também lembramos das ditaduras, e nós tivemos no Brasil um triste exemplo em que os cidadãos ficavam submetidos a um regime repressor, sem liberdade pra se manifestarem.

Nesse ponto de vista, a repressão tem a ver com poder usado pra dominar, alguém é dominado por um outro, é oprimido, e não há diálogo, uma troca de idéias saudável. E essas relações de poder tanto podem existir na sociedade como dentro da família, porque tem famílias que funcionam parecido com uma ditadura.

Então, estamos falando de uma repressão que lembra violência. Mas acontece que repressão não tem apenas esse significado. Repressão também tem a ver com limites. Quer dizer, todos nós temos que nos sujeitar a uma dose de repressão. E a educação inclui uma dose de repressão. Pense um pouco: como seria se nossos pais não tivessem proibido nada? Se a gente não tivesse recebido regras e leis? Acho que a gente estaria até hoje fazendo xixi nas fraldas...E será que seríamos capazes de respeitar as outras pessoas?

Temos assistido o triste espetáculo de filhos matando pais, netos matando avós e pais matando filhos...Vários fatores estão em jogo aí, mas sem dúvida que nesses casos há uma total falta de limites. São pessoas que não têm limite pros seus impulsos, quer dizer, não reprimem os desejos: quer matar, mata, e pronto.

Dar limites não é sinônimo de oprimir, de jeito nenhum. Dar limites é a capacidade de dizer não diante de um abuso qualquer. Ou dizer não pra um adolescente que necessita ser contido nos seus excessos. Muitos pais ficam com medo de dizer pros filhos que nem tudo é possível de satisfazer, de comprar e de possuir. Outros pais só sabem dizer não, vivem distantes dos filhos, não sabem nada sobre a vida deles, e só se aproximam pra ditar regras sem ouvir o que os filhos pensam a respeito. E tem outros

pais que embarcam naquela idéia que é "proibido proibir", achando que os filhos vão ser capazes de viver responsabilmente sozinhos.

Certamente, evoluímos muito na educação das nossas crianças e há pais que acompanharam bem a evolução. Hoje em dia sabemos que a criança tem querer, tem vida própria e precisa ser ouvida. Os limites devem ser impostos sim, sem dúvida, mas quando vão junto com uma conversa, uma explicação, fica um pouco mais fácil de serem aceitos. Até crianças muito pequeninhas respondem melhor quando existe a conversa. E afinal a conversa é a base pra tudo, principalmente pra construção de uma sociedade responsável e democrática.

Um bom dia pra você ouvinte e até amanhã com o quadro Escutar e pensar do caderno Manhã da Rádio MEC. Se você tiver alguma dúvida ou quiser fazer sugestão pro programa, telefone pra 2252-8413, Central de atendimento da Rádio MEC.

3ª feira: 20/ Maio/ 2003

Bom dia ouvinte do Caderno Manhã da rádio MEC. No quadro Escutar e pensar, nós vamos falar sobre você e o mundo à sua volta.

E além do mundo externo à nossa volta, existe um mundo dentro de cada um de nós, desde o início de nossas vidas. Veja como cada bebê é de um jeito: um é mais quieto, outro mais agitado, outro mais guloso, outro mais dengoso e por aí vai. Estas manifestações já são expressões do mundo interno que existe dentro de cada um de nós.

Às vezes, ficamos angustiados e não sabemos o porquê, achamos que é por alguma razão externa, e tentamos fazer alguma coisa bem objetiva pra acabar com o sofrimento, por exemplo, ir à praia, fazer compras, mas não adianta: aquela angústia nos persegue. Acontece que a gente esquece de se perguntar se vai tudo bem dentro da gente, esquece de olhar pra dentro com atenção e de conversar consigo mesmo com paciência. Na maioria das vezes não são os motivos externos que nos fazem sofrer. Sofremos mais por causa de conflitos e situações internas que em geral não compreendemos.

Conflito pode ser um embate entre pessoas, mas também pode ser um embate dentro da gente. Por exemplo, quando desejamos duas coisas opostas. Pensamos assim: quero dormir até tarde, mas tenho que acordar cedo pra trabalhar, então fica uma briga na cabeça e ficamos paralisados até decidirmos o que fazer. Vamos ter que reprimir intimamente um dos dois desejos pra podermos continuar a viver em paz. Portanto, a repressão é um mecanismo necessário na nossa vida e pro nosso bem estar.

O mundo interno que eu disse que existe desde o início da vida, é muito confuso. Temos um monte de desejos que não podemos

satisfazer, temos desejos contraditórios...Por exemplo, todo bebê deseja ter a mãe ao lado o tempo todo, quer ser dono da mãe, gente grande também quer isso, ser dono da pessoa amada, mas isso é impossível, então aí entra a repressão: é mais ou menos um acordo que a gente aceita fazer com a vida, não dá pra ter tudo que desejo agora, vamos ver o que dá pra ter e quando. Isso acontece de um jeito que a gente não se dá conta, simplesmente vai acontecendo. Assim, a gente vai construindo um baú cheio de coisas guardadas, que a gente não tem a menor lembrança. E ainda bem, porque se a gente lembrasse de tudo, absolutamente tudo que já passou pela cabeça da gente ia ser insuportável.

Então, a repressão é um mecanismo mental que nós usamos desde muito cedo e é indispensável até pra podermos conviver com as outras pessoas.

O problema acontece quando a repressão é resultado de uma dificuldade. Por exemplo: sempre que um filho chora, o pai ou a mãe, ao invés de tentar compreender junto com ele o que está sentindo, briga com o filho. A criança pode acabar ficar com medo e acabar reprimindo seus sentimentos. Uma criança pode se camuflar de valente, mas por dentro ela é alguém com muito medo. Isso traz sofrimento, pode formar um adulto com dificuldades de se desenvolver no trabalho, nos estudos ou na vida amorosa.

Esse sofrimento fica agravado porque nem mesmo a pessoa sabe explicá-lo conscientemente, muitas vezes precisa de ajuda terapêutica para conhecer a origem de sua dor.

Um bom dia pra você ouvinte e até amanhã com o quadro Escutar e pensar do caderno Manhã da Rádio MEC. Se você tiver alguma dúvida ou quiser fazer sugestão pro programa, telefone pra 2252-8413, Central de atendimento da Rádio MEC.

4ª feira: 21/ Maio/ 2003

Bom dia ouvinte do Caderno Manhã da rádio MEC. No quadro Escutar e pensar, nós vamos falar sobre você e o mundo à sua volta.

Vamos conversar um pouco sobre a repressão. Primeiro, é preciso saber que a repressão é um mecanismo mental que está sempre presente na nossa vida, mas a gente nem se dá conta porque seu funcionamento é silencioso. Só quando alguma coisa sai errado é que sabemos que a repressão existe.

Por exemplo: uma pessoa que sempre que fica com muita raiva de outra, fica paralisada, muda, não consegue enfrentar a outra pessoa numa discussão. Ela faz planos, diz pra si mesma que da próxima vez vai responder, mas na hora agá, não consegue nada. Acontece alguma coisa dentro dela que não deixa ela ser nem um pinguinho agressiva, nem pra se defender. Essa alguma coisa

que acontece é justamente a repressão. Pode acontecer isso por vários motivos que não dá pra saber, cada pessoa é uma pessoa.

O que acontece em momentos assim é uma sensação de impedimento, como se houvesse uma barreira, um bloqueio, e a tal agressividade não aparece. E nem dá pra pensar direito qual o motivo que leva a repetir tal comportamento. Na verdade, é um comportamento meio mecânico, automático, que surge porque obedece a uma determinação do mundo interno, desconhecida e incontrolável.

Então, nesse exemplo, a pessoa sente o desconforto. Mas como eu disse, normalmente não se percebe a ação da repressão. Acontece naturalmente. Desde que nascemos a nossa mente começa a se estruturar, e a repressão faz parte desse desenvolvimento psíquico. Serve pra gente se defender quando temos que enfrentar um conflito emocional. O conflito de escolher é um deles. Veja uma situação bastante comum: uma criança que sente ciúmes de um irmão mais novo, gostaria, por um lado que ele não existisse. Mas por outro lado, ele gosta do irmãozinho e não quer que nada de ruim aconteça com ele. Como a criança não pode fazer uma mágica e fazer desaparecer o irmão, sem nenhuma consequência, a criança reprime o desejo de se livrar do irmão. Às vezes até inverte, passa a adorar exageradamente o irmão. Mas inconscientemente ele continua querendo ser o único filhinho da mamãe.

Esse é um exemplo dos diversos desejos que precisamos reprimir pra vivermos bem com nós mesmos e com nossos pares em sociedade.

Agora, a repressão pode não acontecer de uma forma adequada. Aproveitando o exemplo do novo irmãozinho, se os pais não suportarem a raiva e o ciúme do filho mais velho, se os pais repreendem, dizem que é feio sentir ciúmes, acabam impedindo a criança de expressar livremente seus sentimentos. A criança poderá reprimir a raiva que sente do bebê que acabou de chegar porque tem medo de não ser mais amada. Veja que não estou dizendo que a criança mais velha pode sair batendo na pequena, de jeito nenhum. Mas ela tem todo o direito de sentir ciúmes, de ficar com raiva, e de mostrar o que sente. Se ela puder compartilhar com os pais o seu sofrimento, provavelmente vai acabar compreendendo e aceitando a existência de um irmão. Se for o contrário, ela pode ficar submissa e silenciosa em outras situações semelhantes, mesmo já adulto, sentindo que não tem o direito de reclamar o amor e a atenção que precisa.

Pense nisso, ouvinte e até amanhã com o quadro Escutar e pensar do caderno Manhã da Rádio MEC. Se você tiver alguma dúvida ou quiser fazer sugestão pro programa, telefone pra 2252-8413, Central de atendimento da Rádio MEC.



Programa de Rádio
"Escutar e Pensar"