

Como ajudar aluno a superar a perda

MÁIRA TEIXEIRA

maira.teixeira@grupoposfado.com.br

A morte de uma pessoa querida é sempre uma situação dolorosa. Mas não é por isso que o luto deve ser evitado, pelo contrário, é preciso vivê-lo. Para Luciana Mazorra, doutoranda em psicologia clínica pela PUC-SP, o luto deve ser tratado da maneira mais clara possível, independentemente da idade da pessoa que está sofrendo a perda. "É difícil tanto para adultos quanto para crianças, porque as pessoas nunca estão preparadas para enfrentar essa realidade. No entanto, crianças e adolescentes devem ser melhores preparados e amparados."

"O professor deve preparar os colegas de classe para receberem bem o aluno que está passando pelo problema. É um momento em que as pessoas precisam de apoio, principalmente quando morre o pai ou mãe, que são a base de sustentação dos filhos." Nessa situação, é preciso encontrar pessoas que possam dar a segurança perdida. "Outro papel importante da escola e do professor é o de manter a rotina e estabilidade de horários e tarefas. "Isso faz com que esse momento de instabilidade tenha um curso a ser seguido, dê um norte."

Não há um tempo estipulado para vivenciar o luto, segundo Luciana. "Cada pessoa reage de um jeito e é preciso viver esse período sem pressa e, principalmente, não se deve cobrar alegria ou querer alegrar

uma pessoa que está digerindo e vivenciando a perda. As pessoas ficam tentando alegrar quem passa por isso, mas essa experiência (a dor) é inevitável. O máximo que podemos oferecer é apoio e disposição para ouvir os desabafos."

A psicóloga ensina que o uso de metáforas como "a vovó foi para o céu" ou "fulano está descansando" é prejudicial. "A criança cresce com uma visão errada do que é a morte e pode se sentir enganada. Uma pessoa em quem a criança confie e tenha carinho deve dar a notícia, ex-

plicar o que é a morte e ficar à disposição para ouvir os desabafos e, assim, a criança possa se sentir segura para conversar. É necessário estabelecer essa relação de confiança."

Responder as questões o mais simples e honestamente possível também é importante. "Evite utilizar metáforas. Se você diz a uma criança 'o vovô está dormindo para sempre', por exemplo, ela pode ficar com medo de dormir."

A dica que ela dá aos professores é jamais explicar a perda com visões religiosas. "Isso pode gerar um conflito, pois nem sempre os pais do aluno têm a mesma convicção religiosa do professor", explica. A especialista credita à escola, aos professores e aos colegas um papel fundamental na superação da perda.

Curiosidades

É comum surgirem muitas dúvidas. "Tudo que a criança quiser saber dependerá de sua idade e experiência prévia com a morte. Geralmente, crianças pré-escolares não entendem que a morte é final e podem perguntar quando a pessoa que morreu vai voltar. Entre 5 e 10 anos, as crianças começam a entender que a morte é irreversível, mas acreditam que somente pessoas velhas e vítimas de acidentes morrem. Após os 10 anos, ela começa a entender que a morte é parte da ordem natural das coisas e as pessoas morrem em todas as idades, por diversas razões."



Rotina da sala de aula auxilia na estabilidade emocional após perda

HÉLVIO ROMERO / AE

Atenção às necessidades de cada pessoa

» Não há prazo determinado para se superar uma perda. Cada um tem o seu tempo

» No 1º ano após a morte, a vivência é mais intensa porque serão vividas as primeiras datas sem a pessoa, mas isso não significa que a fase do luto acaba aí

» Conviver com as lembranças é importante e saudável. Não prive a criança do convívio com fotos e lembranças de histórias

» Permita que a criança viva, chore e assimile o luto

» Crianças de 1ª a 4ª série precisam de uma atenção mais próxima do professor, que tem de estar mais sensível às necessidades. Já os adolescentes demonstram precisar mais da companhia de amigos e colegas de classe

» É preciso estimular a sensibilidade dos professores e da coordenação, assim é possível perceber as necessidades do aluno e dar o respaldo emocional

PALAVRAS

“

O professor deve preparar a classe para receber bem o aluno que está passando pelo luto”



LUCIANA MAZORRA, PSICÓLOGA CLÍNICA ESPECIALISTA EM LUTO

“

Crianças precisam mais da atenção do professor. Os adolescentes prezam a companhia de amigos



FABIO BEZERRA DE LIMA, PROFESSOR E DIRETOR DA ESCOLA DE APLICAÇÃO DA USP

Professor pode ajudar

Há dois anos, Renata, de 8 anos, perdeu a mãe, vítima de uma doença. A partir desse momento a menina recusou-se a falar. Preocupado e sem saber o que fazer, o pai precisou ter muito tato para ajudar a filha a desabafar e explicar o que era a morte. "Como eu também estava sofrendo, havia dias em que chorávamos juntos e outros onde

eu dava meu ombro para ela chorar." Após muitos questionamentos sobre a morte, Renata retomou à escola, a rotina foi se normalizando e ela voltou a falar normalmente.

Para o professor e diretor da Escola de Aplicação da USP, Fabio Bezerra de Brito, algumas práticas podem ser adotadas na escola para ajudar o aluno.