

Há um sentimento de “perda” pelo que não aconteceu, mas jovens têm capacidade para surpreender

Publico.pt/2020/04/08/sociedade/noticia/ha-sentimento-perda-nao-aconteceu-jovens-capacidade-surpreender-1911038

Clara Viana



Foto

"este desafio das nossas vidas é para fazermos uma viagem dentro de nós e nos deslumbrarmos"
Tiago Lopes

Como a componente social “é a centralidade da vida do adolescente, existe um potencial trauma resultante do afastamento de determinadas experiências sociais, da perda de determinados eventos, como viagens de finalistas, festas”, descreve o psicólogo João Veloso, que tem trabalhado com adolescentes e é investigador do Centro de Trauma da Universidade de Coimbra, para referir o seguinte: “Neste caso a marca fica, o que tinha uma época para acontecer vai ficar para trás, é uma perda”.

Numa entrevista recente ao portal da UNICEF, também a psicóloga norte-americana Lisa Damour alertou para o peso desta experiência: “Nunca vimos nada assim e já andamos por cá há um tempo. Eles [adolescentes] também nunca viram nada assim e são muito mais novos. Esta disrupção de quatro meses na vida de alguém com 14 anos constitui uma enorme proporção do tempo de que têm memória. É bem maior para eles do que para nós”.

Já a também psicóloga Margarida Gaspar Matos, responsável em Portugal pelo grande retrato da adolescência que a Organização Mundial da Saúde realiza de quatro em quatro anos, acredita que, “tipicamente, os adolescentes até terão maior possibilidade de inovar e vir com respostas deslumbrantes”.

Margarida Gaspar Matos frisa que se está a referir apenas a adolescentes que não tenham “alguma patologia mental prévia” ou que não vivam “em famílias muito disfuncionais”, porque para estes a experiência pode ser bem mais “terrível”. Quanto aos outros todos, não duvida “que se arriscam a deprimir, como aliás nós todos, que estão inquietos, que a covid-19 é uma ameaça que pode cair a toda a altura sobre nós... sobre os pais”. “Mas tenho a certeza que, se for preciso, a maioria se superará a tomar conta de si e de quem precisar”.

Também João Veloso aponta no mesmo sentido: “Essencialmente o que vai prevalecer é a capacidade de resiliência que os adolescentes têm pelas suas características”. E como a solidariedade é também uma destas, embora possa não parecer evidente, “é importantes ajudá-los” a desenvolverem projectos altruístas que vão dar “sentido ao isolamento”. “O altruísmo é o aumento da janela de uma casa para o tamanho do mundo, do grupo, do ideal que queremos desenvolver e que pode ser ali ao lado”, reforça.

Mas é uma experiência que se está a viver no fio da navalha. João Veloso recorda, a propósito, que “a adolescência corresponde ao período em que as inter-relações mudam da família para os amigos, aos quais não têm acesso, físico, durante uma situação de isolamento social”. O que poderá aumentar o grau de conflito e de inquietude. Mas se as autoridades e as famílias conseguirem torná-los mais seguros em relação “à continuidade do seu percurso, que para eles é a sua vida, será possível evitar uma cicatriz maior do que seria esperado em resultado do confinamento”, afirma.

João Veloso considera que o impacto desta experiência “vai depender da qualidade da prevenção” que for desenvolvida. Margarida Gaspar Matos deixa este conselho: “Afastem-se um pouco para regular afectos negativos! Não criem ressentimentos”. Adianta também que há “uma equação” que as famílias devem ter em conta nestes tempos: “Este período das nossas vidas não serve só para evitarmos riscos (embora o tenhamos que fazer aplicadamente), este desafio das nossas vidas é para fazermos uma viagem dentro de nós e nos deslumbrarmos. Temos de encarar isto como uma possibilidade acrescida de tomar conta do nosso tempo, de nós e de nos superarmos”.

@ 2020 PÚBLICO Comunicação Social SA