



O SER MULHER ATRAVESSADO PELA EXPERIÊNCIA DA MATERNIDADE: IMPACTOS BIOPSIKOSSOCIAIS

Furlan, Bárbara Binsfeld¹

Freitas, Iasmin Garcia Esteves²

Turco, Maria Julia³

Agostini, Marina Lopes⁴

Soares, Narriman Candido⁵

Parraga, Maria Beatriz Bastos⁶

RESUMO

A maternidade, na civilização ocidental, é uma espécie de régua de valor para as mulheres. Desde a infância a menina é inserida em um discurso social sobre a gestação de um filho, o qual sugere que para a mulher conquistar o lugar de completude existencial é necessário ser mãe. Além da exigência social para que esta mulher se torne progenitora, a pressão imposta pela idéia de que toda mulher possui uma predisposição inata para ser mãe e a narrativa mítica de maternidade leve, cria um cenário que oprime as mulheres e inviabiliza a externalização de sentimentos ambivalentes em relação a essa trajetória. O presente trabalho tem como objetivo apontar os impactos da maternidade na vivência das genitoras através da análise do discurso, tanto em aspectos biológicos, quanto psíquicos e sociais. Ademais, é de conhecimento comum que a chegada de um filho traz inúmeros questionamentos, sentimentos variados e experiências singulares, assim como, muitas expectativas em torno da gestação. Com isso, se faz necessário fomentar discussões sobre como essa nova etapa impacta o ser mulher e as transmutações em decorrência destes fatores.

Palavras-chave: Maternidade; Ser mulher; Psicologia.

ABSTRACT

In Western civilization, motherhood is a kind of yardstick of value for women. From childhood, girls are inserted into a social discourse about the gestation of a child, which suggests that for a woman to achieve a place of existential completeness, she must be a mother. In addition to the social demand for women to become progenitors, the pressure imposed by the idea that every woman has an innate predisposition to be a mother and the mythical narrative of light motherhood create a scenario that oppresses women and makes it impossible for them to express ambivalent feelings about this trajectory. This study aims to point out the impacts of motherhood on the experience of mothers through discourse analysis, both in biological, psychological and social aspects. Furthermore, it is common knowledge that the arrival of a child brings with it countless questions, varied feelings and unique experiences, as well as many expectations surrounding pregnancy. Therefore, it is necessary to encourage discussions about how this new stage impacts being a woman and the transformations resulting from these factors.

Keywords: Motherhood; being a woman; psychology.

¹Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: bbinsfeld4@gmail.com

²Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: iasmingedf@gmail.com

³Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: majaturcoo@gmail.com

⁴Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: marinalopesxx@gmail.com

⁵Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: narrimancandidosoares@gmail.com

⁶Professora mestra, orientadora do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: maria.parraga@univag.edu.br



¹Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: bbinsfeld4@gmail.com

²Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: iasmingedf@gmail.com

³Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: majaturcoo@gmail.com

⁴Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: marinalopesxx@gmail.com

⁵Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: narrimancandidosoares@gmail.com

⁶Professora mestra, orientadora do curso de Psicologia do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. E-mail: maria.parraga@univag.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A maternidade tem sido alvo de discussão ao longo da história, uma vez que o conceito tem sua definição modificada conforme a sociedade evolui e se transforma. A forma como cada mulher sente os impactos da vida materna é influenciada pela cultura em que está inserida, pela sociedade, pelo grupo socioeconômico, pela sua rede de apoio, entre outros diversos fatores (Gradvohl, 2014).

Considerando a linha do tempo da relação da mulher com a maternidade, é possível observar que, na Idade Média, as genitoras tinham uma relação bem distinta com seus filhos, se comparada à atualidade. Primeiramente, porque a ideia de constituição familiar era diferente da realidade presente. Na Idade Média, o homem era o provedor e "chefe", e a mulher, por sua vez, era submissa a ele, assim como seus descendentes (Gradvohl, 2014).

Nesse período, não havia a esfera de cuidados com a criança; elas eram entregues às amas de leite e cuidadas por elas até por volta dos oito anos de idade. Após essa fase, já eram consideradas aptas a exercer tarefas domésticas e braçais. Em decorrência dessas circunstâncias, as mães não desenvolviam o "amor materno", isto é, elas exerciam a maternidade, mas não a maternagem. A maternidade se refere ao ato de gerar e conceber o feto, enquanto a maternagem trata do ato de cuidar dos bebês, educá-los entre outras responsabilidades (Moura, 2004).

A partir do século XVII, com o surgimento do modo capitalista de economia, o significado de "ser mãe" muda drasticamente. Nesse cenário, o homem segue sendo o provedor e trabalhando fora do ambiente de casa, enquanto a mulher cuida do lar e dos filhos. No entanto, agora, além dos cuidados físicos, a mulher também deve se disponibilizar mental e espiritualmente para a criação dos filhos (Moura, 2004).

Em consequência dessa nova forma de organização, a imagem social da mulher se transforma, sendo ela considerada digna apenas quando assume o papel de mãe dedicada e devota aos filhos, tendo como principal propósito de vida a criação de cidadãos. Dentro dessa narrativa, começam a surgir temáticas como o "amor incondicional pelos filhos", o instinto materno e a maternagem, que impactam diretamente o entendimento social sobre a relação mãe e filho, moldando a forma como essa relação se estrutura (Moura, 2004).

A partir da nova configuração do sistema familiar e da constituição dos papéis sociais de gênero estabelecidos de forma bem delimitada e rígida, a vida da mulher passa a ser estruturada em torno de seu relacionamento romântico e da maternidade. Enquanto os homens carregam o título de provedores e são incentivados a se desenvolverem profissionalmente e

pessoalmente. Observa-se que, dentro dessa estruturação, o papel social da mulher é focado diretamente na família, não sendo possível dissociar o "ser mulher" do "ser esposa" e "ser mãe". Por outro lado, para o homem, a família é apenas uma parte que compõe sua vida, sem definir o "ser homem" (Gradvohl, 2014).

No entanto, advindas das transformações sociais e econômicas dos últimos anos, o papel da mulher se expandiu, visto que esta passou a ocupar um novo espaço social, principalmente na esfera do trabalho. Esse novo papel afeta diretamente o "ser mãe", pois a conciliação entre vida profissional e cuidados com os filhos é um dos grandes desafios da maternidade. Além disso, esses desafios estão relacionados às exigências sociais que cobram da mulher a manutenção de seu novo papel de mãe, enquanto ela também precisa manter outros papéis (Alves *et al.*, 2007).

Dessa forma, a posição de mãe "multifunções" gera uma grande sobrecarga sobre a mulher, visto que se exige dela competência e perfeição em todas as suas atribuições, além da conciliação entre elas. Para isso, é essencial compreender os impactos da maternidade, considerando como a mulher vivencia essa nova representação do "ser mulher", influenciada pelas exigências maternas (Fleck; Wagner, 2003).

Durante a gestação, ocorrem profundas mudanças na vida da mulher e nos papéis que ela desempenha. Este período pode ser considerado um momento de transição, em que ela passa da condição de filha para a de mãe, enquanto revive experiências passadas e precisa ajustar diversos aspectos da vida, como o relacionamento conjugal, a situação financeira e as responsabilidades profissionais (Chodorow, 1990).

Essas transformações são particularmente desafiadoras para as mulheres que estão vivenciando a maternidade pela primeira vez, embora aquelas que já são mães também enfrentam obstáculos significativos, pois cada gestação é única, trazendo consigo suas próprias demandas e necessidades, independentemente da experiência materna anterior. Portanto, é crucial oferecer apoio e compreensão a todas as mulheres durante esse período de transição e adaptação (Chodorow, 1990).

Ademais, neste período, são vivenciadas mudanças de diversas ordens — biológicas, somáticas e psicológicas —, representando uma experiência única e intensa, que influencia tanto a dinâmica psíquica individual quanto as demais relações sociais da mulher. No puerpério, a mulher precisa se adequar rapidamente à sua nova realidade, pois, com o

nascimento, a mãe estabelece um novo vínculo que demanda sua atenção e cuidados, além de introduzir uma nova variável em sua vida: o filho e o seu novo papel como mãe, o que

requer grande habilidade de conciliar as significativas modificações que ocorrem nesse período (Sarmiento, 2003).

Assim, o presente estudo torna-se relevante ao debater as diversas mudanças que acometem as mulheres durante esse período, objetivando analisar os impactos da maternidade no "ser mulher", explorando a vivência subjetiva das mulheres nesse contexto; identificando as repercussões da maternidade na vida da mulher a partir de uma perspectiva biopsicossocial; reconhecendo e discutindo as realidades e desafios que as mulheres enfrentam no contexto da maternidade; e debatendo possibilidades de suporte para as genitoras diante das demandas e impactos analisados, considerando a área da Psicologia da Saúde.

Ademais, a área da Psicologia da Saúde analisa a realidade dos sujeitos e seus contextos, considerando fenômenos históricos, culturais, econômicos, sociais e políticos que vulnerabilizam a saúde da população, trabalhando para o fortalecimento do coletivo, a desestigmatização e a produção de saúde por meio de um trabalho interdisciplinar que vise um cuidado integral. Ou seja, a Psicologia da Saúde engloba a concepção de saúde em seu sentido amplo, biopsicossocial (CFP, 2019).

O presente trabalho se mostra relevante ao debater a temática do "ser mulher" atravessado pela experiência da maternidade, contribuindo para a discussão de novas formas de suporte a essas mulheres. Para tanto, faz-se necessário explorar temas como: culpa na maternidade, ambivalência, papéis sociais, entre outros, com o objetivo de desmistificar estereótipos reforçados pela cultura e possibilitar o desenvolvimento de um senso de realidade mais apurado sobre a experiência materna, proporcionando acolhimento e compreensão sobre a realidade dessas mulheres ao lidar com os sofrimentos advindos da maternidade, por meio do reconhecimento e da legitimação da dor (Ávila, 2020).

Ademais, é importante debater a idealização em torno da maternidade e como ela contribui para o surgimento de padrões irreais e inalcançáveis sobre o "ser mãe", que condicionam as mulheres a acreditarem que precisam seguir um ideal de "mãe perfeita", dado o contexto cultural que enxerga a maternidade como algo sagrado. Assim, o presente trabalho busca discutir os conceitos que envolvem essa idealização e questionar os mitos e ideais impostos pela cultura, proporcionando uma aproximação mais realista da experiência materna (Moura, 2004).

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Ser mulher na contemporaneidade

Durante toda a história, homens e mulheres foram vistos de formas distintas, desempenhando diferentes papéis tanto na sociedade quanto nas famílias. Nesse contexto, a dedicação e o sacrifício das mulheres em favor dos filhos e da família são valorizados no discurso social como aspectos fundamentais e intrinsecamente ligados à natureza feminina (Moura, 2004).

Ademais, atributos considerados típicos das mulheres, como a docilidade, a abnegação, a ternura e a dedicação aos outros, foram destacados pela sociedade para garantir que as mulheres permanecessem no ambiente doméstico. Esses traços foram baseados na ideia de que a maternidade está intrinsecamente ligada ao corpo feminino, o que cria uma suposta conexão natural entre mãe e filho (Moura, 2004).

A associação das características femininas com o papel de mãe ocorreu paralelamente a uma discriminação generalizada contra as mulheres. Isto é, as mulheres foram excluídas da esfera pública, onde todas as competências externas ao ambiente do lar eram restritas aos homens, resumindo a mulher aos papéis de mãe e esposa (Massi, 1992).

É de suma importância destacar a contribuição dos movimentos feministas para a mulher contemporânea. A primeira onda do feminismo aborda direitos civis das mulheres, como o voto, a participação política e a possibilidade de trabalhar. Posteriormente, o feminismo da segunda onda defendeu a igualdade de gênero e o fim das distinções entre os sexos. Por fim, a terceira onda trouxe debates sobre diferenças socioeconômicas, o feminismo negro e o sexismo (Borges; Figueiredo, 2015).

Mesmo com a luta feminista e o progresso em relação aos direitos das mulheres, a desmistificação em torno do "feminino" e a ocupação da mulher em espaços importantes na sociedade, ainda não é uma realidade, pois as experiências cotidianas igualitárias em relação aos homens ainda não ocorre. O machismo estrutural, cultural e institucional ainda reverbera de forma explícita e velada sobre o sexo feminino (Machado, 2015).

Nos últimos anos, a função da mulher na família tem sido revista e redefinida. Diversos fatores contribuíram para essa transformação, como a entrada das mulheres no mercado de trabalho e a crescente participação na esfera social e política. Com essas mudanças, houve um impacto significativo sobre o papel feminino no contexto familiar, visto que muitas mulheres passaram a ser as principais responsáveis financeiras de suas famílias, não se restringindo mais aos papéis de esposas e mães em tempo integral (Moura e Araújo, 2004).

Segundo Machado (2015), às mulheres, independentemente de seu grupo social, classe e raça, pertencem à massa de indivíduos à margem da sociedade. Essa circunstância ocorre devido aos preconceitos e estigmas atrelados ao gênero feminino. Dessa forma, torna-se

necessário problematizar pautas relacionadas ao "ser mulher" nos dias atuais, gerando discussões e intervenções que possibilitem maior autonomia às mulheres sobre suas escolhas (Machado, 2015).

2.2 Maternidade

O conceito de amor materno surgiu a partir de um movimento econômico composto por regras sociais e uma nova visão de relacionamento entre as famílias. Após a Revolução Industrial e com o modelo capitalista, as crianças passaram a ser vistas como seres que precisavam de cuidados. Dessa forma, o núcleo familiar burguês passou por uma alteração em seus papéis, onde o homem assumiu o papel de provedor e a mulher, o de cuidar do lar, sendo quase de ordem natural o sentimento positivo em relação à maternidade (Resende, 2017).

No contexto histórico brasileiro, a concepção de maternidade se desenvolveu paralelamente ao conceito de amor materno. Por ser um país colonizado, muitas mulheres que vinham de outros países, em sua maioria, viviam em condições financeiras precárias. Com isso, o abandono de bebês e o infanticídio tinham altos índices. Com a ascensão da Igreja Católica nos séculos XVII e XIX, foram criadas instituições de acolhimento a essas crianças, com o intuito de promover a adoção (Resende, 2017).

Por meio do incentivo das igrejas, a concepção de matrimônio se tornou dominante, reforçando a ideia de que a mulher deveria ser submissa ao homem e incentivar os valores de uma mulher puritana, devota ao casamento e à família. Essa narrativa contribuiu fortemente para o ideal sagrado de mãe e a naturalização do instinto materno, perpetuado até os dias atuais (Resende, 2017).

No cenário atual da maternidade, segundo Badinter (2011), não é possível declarar como unânime o desejo de ser mãe, visto que muitas mulheres contemporâneas optam por adiar a maternidade ou não se tornarem genitoras. Isso ocorre porque o nascimento de uma criança pode gerar conflitos em diversas áreas da vida da mulher, como na carreira profissional, nos seus relacionamentos pessoais, na sua saúde emocional, entre diversas outras esferas. Dessa forma, gerar uma vida não é uma prioridade para a mulher contemporânea, mas sim sua autonomia intelectual e financeira, para posteriormente cogitar uma gestação.

Ao decidir gerar um filho, a mulher é introduzida ao universo materno, que é repleto de expectativas, ideais e mitos, tanto por parte da futura genitora quanto pelas pessoas ao seu redor. Na sociedade atual, há uma forte convicção de que a mulher só adquire valor a partir da maternidade, associada ao ideal de "mãe perfeita", que não apresenta queixas, lida com todas as demandas e está completamente satisfeita com a experiência materna (Maldonado, 1976).

A desmistificação da "mãe perfeita" é essencial para libertar as mulheres da pressão insustentável de atender a padrões irreais de maternidade. Ao desafiar a ideia de que existe uma única maneira correta de ser mãe, abre-se espaço para uma abordagem mais realista da maternidade. Reconhecer que todas as mães cometem erros, enfrentam desafios diversos e possuem suas próprias limitações é fundamental para promover um ambiente de aceitação e apoio (Ávila, 2020).

Mesmo com os tabus que ainda cercam o âmbito materno, alguns aspectos mudaram com o tempo. Destaca-se a possibilidade de a mulher ter o poder de escolha entre adiar ou não ter filhos. Para mulheres de classes mais favorecidas, a maternidade passou a ser vista como resultado de um processo de reflexão e escolha pessoal, levando em consideração aspectos relacionados às suas condições pessoais, econômicas e sociais, além dos desejos e circunstâncias do casal, quando há um parceiro (Scavone, 2001).

Com os avanços em relação às questões sociais referentes ao feminino e os novos lugares que as mulheres passaram a ocupar na sociedade, cria-se uma nova ideia de mulher e de mãe moderna. Entretanto, de acordo com Azevedo e Arrais (2006, p. 270), “há uma nova mulher, mas que vive sob o manto das velhas representações, pois continuamos cobrando delas o velho modelo de mãe idealizada”.

Ademais, Azevedo e Arrais (2006) afirmam que “culturalmente, as representações sociais da maternidade estão fortemente calcadas no mito da mãe perfeita”, estabelecendo um ideal a ser seguido dentro de um padrão que não abre espaço para qualquer ato ou sentimento considerado negativo. Afinal, esse mito enxerga a maternidade como algo natural à mulher.

Essas exigências, ao entrarem em contato com a realidade, acabam por gerar sofrimento à mulher, visto que esse modelo maternal é insustentável na prática. Assim, a maternidade é marcada por um sentimento de culpa feminina, decorrente da incompatibilidade entre a perfeição e a realidade (Ávila, 2020).

Nessa linha, Tourinho (2006, p. 5) discorre: “pode-se frequentemente identificar sentimentos de dúvida e ambivalência no discurso espontâneo das mulheres contemporâneas quando se veem envolvidas com as questões da maternidade”. Esses sentimentos estariam relacionados à culpa sentida pelas mulheres que não agem conforme as expectativas sociais.

Portanto, a idealização contribui para a permanência de um modelo materno composto por normas e ideais reproduzidos ao longo das gerações, gerando uma maternidade marcada pela frustração e ambivalência, que não permite uma elaboração real da experiência materna e suas diversas possibilidades no mundo contemporâneo (Tourinho, 2006).

2.3 Aspectos biopsicossociais relacionados ao ciclo gravídico-puerperal

O ciclo gravídico-puerperal é um período transformador na vida de uma mulher, envolvendo tanto a gestação quanto o pós-parto. Durante essa fase, a mulher enfrenta uma série de desafios relacionados à sua saúde física e emocional, além de grandes mudanças em seu corpo e em sua rotina. Essas transformações, muitas vezes abruptas, podem desencadear uma série de respostas fisiológicas e psicológicas que exigem adaptação constante.

No primeiro trimestre da gestação surgem as primeiras manifestações da gravidez. Posto isso, a hipersonia, as náuseas e vômitos são os sintomas mais comuns do início da gestação. A explicação para o surgimento desses sintomas considera que as mudanças hormonais, que ocorrem no primeiro trimestre, explicam em parte a ocorrência de náuseas e vômitos (Caplan, 1960), mas que também, a atitude ambivalente com relação à gravidez é o fator mais evidente na maioria das pesquisas na etiologia das náuseas e dos vômitos (Macy, 1986).

Ademais, também é comum que as mulheres tenham um aumento no apetite e na oscilação de humor. Outra mudança que também pode ser observada durante esse período é o aumento da sensibilidade e irritabilidade, que o autor Calman (1969) relacionou à ampliação do campo da consciência na gravidez, que acarretaria a presença de sintomas psiquiátricos transitórios, tais como compulsões, ruminções obsessivas e fobias.

No segundo trimestre da gestação as mães têm, pela primeira vez, a percepção dos movimentos fetais. Além disso, nesse período as mulheres terão maiores alterações do desejo e do desempenho sexual, onde há a predominância da diminuição do desejo sexual. Dito isso, as alterações do esquema corporal estão intimamente ligadas com as alterações da sexualidade e ao medo da irreversibilidade das mudanças que a maternidade acarreta (Maldonado, 1976).

Para tanto, o medo de ficar modificada como pessoa pela experiência da maternidade e de não conseguir recuperar sua identidade e corpo antigos e a concentração na própria gestação, colaboram para que o segundo trimestre seja marcado, predominantemente, por introversão e passividade. E também pela maior necessidade de receber afeto e cuidados (Maldonado, 1976).

O terceiro trimestre da gestação é repleto de ansiedade e preocupações constantes. Dito isso, o nível de ansiedade tende a elevar-se com a proximidade do parto e é especialmente aguda nos dias que antecedem a data prevista. Outros temores que surgem nesse período são: o medo de morrer no parto, de ficar com a vagina alargada para sempre, de ficar com os órgãos genitais dilacerados pelo parto, de não ter leite suficiente ou ter leite fraco (Maldonado, 1976).

Posto isso, as fantasias alimentadas pelas mães geram um profundo receio e uma sensação de insegurança em relação à experiência que estão vivenciando. Ademais, nesse período as expectativas em relação ao bebê e a si própria como mãe também surgem e a mulher, muitas vezes, é afetada pela expectativa social de que as mulheres devem ser capazes de controlar todos os aspectos de suas vidas, incluindo sua saúde, seu corpo e, nesse caso, a gestação. Dito isso, a mulher passa a se responsabilizar pela própria capacidade de produzir e merecer ter um filho saudável (Maldonado, 1976).

O puerpério é considerado um período vulnerável à ocorrência de crises e segundo Kitzinger (1977) é um período de transição que dura por volta de três meses após o parto, onde as primeiras vinte e quatro horas constituem um período de recuperação da fadiga do parto. A sensação de desconforto físico devido a náuseas, dores e ao sangramento pós-parto é particularmente intenso nesse período.

Outra questão que a mulher precisa lidar durante essa fase é a transição de uma realidade idealizada para a experiência concreta da maternidade, onde a mulher precisa enfrentar diversas frustrações, haja vista que as expectativas criadas durante a gestação podem não se alinhar com a vivência real. E também, é nesse período que podem surgir quadros de transtornos mentais relacionados ao período pós-parto, por isso se faz necessário que essas mulheres tenham acompanhamento psicológico e interdisciplinar, pois isso facilita a identificação precoce de sinais que exigem atenção e cuidados específicos. A partir disso é possível fornecer suporte emocional e oferecer estratégias de enfrentamento para lidar com as dificuldades dessa fase (Maldonado, 1976).

3 METODOLOGIA

O referido estudo é de natureza exploratória-descritiva e segue a abordagem qualitativa. Ademais, a pesquisa exploratória, segundo Gil (2008), tem o intuito de relacionar-se com o problema, compreender a demanda, com o propósito de evidenciá-la ou desenvolver pressupostos. Por sua vez, a abordagem qualitativa, segundo Godoy (1995), possibilita examinar eventos que ocorrem com seres humanos, atravessados por questões sociais nos mais diversos cenários.

Este estudo também utiliza a pesquisa documental como metodologia, a qual consiste em analisar materiais escritos, como jornais, revistas, vídeos, filmes, entre outros. A pesquisa foi realizada entre os meses de fevereiro e dezembro de 2024.

A pesquisa documental, segundo Gil (2008, p. 45), "vale-se de materiais que não recebem ainda um tratamento analítico, ou que ainda podem ser reelaborados de acordo com os

objetos da pesquisa". Essa abordagem foi escolhida porque, por meio dela, é possível extrair relatos de pessoas sobre o fenômeno a ser estudado, oportunizando uma compreensão mais aprofundada do objeto de estudo e permitindo a obtenção de dados a partir da análise dos discursos.

Visto que o objetivo desta pesquisa foi compreender os impactos biopsicossociais da maternidade na vida da mulher, foram realizadas análises de entrevistas em *podcasts* que apresentam relatos de mães brasileiras. Devido ao fato de se tratar de uma pesquisa documental, com dados públicos, não foi necessário submetê-la à Plataforma Brasil para aprovação.

Os dados analisados nesta pesquisa foram coletados em *podcasts* publicados na plataforma audiovisual *Spotify*. Para a seleção dos dados, foi realizada uma pesquisa com a palavra-chave "maternidade". Os episódios encontrados surgiram de forma aleatória, de acordo com o algoritmo da plataforma.

A plataforma sugeriu cerca de 20 *podcasts* relacionados à palavra-chave. Considerando o tempo disponível para a análise, os *podcasts* foram divididos entre as pesquisadoras para serem examinados. Posteriormente, foram aplicados os critérios de inclusão e exclusão para cada episódio, selecionando-se apenas aqueles compatíveis. Ao final, foram escolhidos quatro episódios, que foram analisados por meio dos discursos sobre os impactos da maternidade na vida da mulher atualmente.

Para os critérios de inclusão, foram definidas as seguintes categorias: entrevistas em *podcasts* sobre a temática da maternidade e seus impactos na vida da mulher, considerando fatores biopsicossociais; entrevistas em *podcasts* publicadas na plataforma *Spotify* nos últimos dois anos; entrevistas concedidas por mulheres que narram suas próprias histórias no contexto da maternidade; e entrevistas com mulheres que abordam o "ser mulher" atravessado pela experiência de maternidade.

Os critérios de exclusão foram definidos da seguinte forma: entrevistas publicadas em *podcasts* de outras plataformas; entrevistas publicadas em *podcasts* que não atendem ao período temporal delimitado; entrevistas em *podcasts* cujos relatos de experiência são lidos pelos apresentadores, em vez de comunicados pelas próprias mulheres; *podcasts* em torno de histórias fictícias; e *podcasts* com entrevistas de profissionais sobre temas específicos que abordam dicas para quem vai ser mãe ou explicações técnicas sobre o processo de parto e aspectos biológicos da maternidade.

Em relação à análise de dados, esta foi realizada por meio da análise do discurso (AD). A AD consiste em um método de pesquisa elaborado no Brasil por Eni Orlandi, com raízes francesas e influências ideológicas de Althusser e discursivas de Foucault (Rocha, 2022).

A AD tem como objetivo compreender a fundo a natureza histórica da linguagem, uma vez que o campo de estudo é a ruptura. Dessa forma, a subjetividade linguística de cada indivíduo deve ser levada em consideração (Orlandi, 2012).

A linha teórica da análise do discurso constitui-se pelo encontro de três regiões do conhecimento, as quais, segundo Mariani (1998, p. 23), Michel Pêcheux procurou vincular da seguinte forma: "o materialismo histórico, enquanto teoria das formações sociais e suas transformações; a linguística, enquanto teoria dos processos não subjetivos de enunciação; e a teoria do discurso, como teoria da determinação histórica dos processos semânticos. Essas três regiões, ainda de acordo com Pêcheux, são atravessadas e articuladas por uma teoria da subjetividade de natureza psicanalítica" (Rocha, 2022).

Assim, para o processo de análise, foram transcritas as entrevistas dos *podcasts* selecionados. Posteriormente, o material foi submetido à análise dos elementos que se relacionam entre si no discurso, abrindo brechas para a interpretação do dito e não dito, produzindo sentido e permitindo reflexões acerca de facetas ideológicas, sociais, históricas e políticas relacionadas às significações elencadas nos discursos. Além disso, também foram criados subtópicos de análise, ou seja, categorias que possibilitam a articulação do que foi analisado nos discursos com a teorização das ideias identificadas.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o intuito de atender aos objetivos gerais e específicos deste trabalho, a análise de dados foi organizada a partir de categorias que buscam explorar a experiência subjetiva de mulheres no contexto da maternidade; os impactos da maternidade em diversas áreas da vida; as realidades e desafios enfrentados; e as possibilidades de suporte para essas mulheres, considerando a área da Psicologia da Saúde.

4.1 A vivência subjetiva das mulheres que vivenciam a maternidade

Renata Leite (2009) ao discorrer sobre “maternidade exigente”, faz uma relação entre a maternidade e renúncia, isto é, o comportamento esperado que a mulher adquira quando se torna mãe, o qual consiste em realizar renúncias para que cumpra as exigências maternas, colocando a mulher em um ambiente no qual ela precisa ser capaz de abdicar de outros papéis de sua vida para o cuidado integral ao filho.

Frente a essa temática, uma das falas das participantes dos *podcasts* analisados é “*somos mulheres interrompidas, foi outra frase muito profunda, a gente está sempre interrompendo a vida, o trabalho, os sonhos, né?*”, desse modo é possível analisar essa renúncia

ressaltada, que coloca a mulher em um lugar de mãe perfeita que dá conta do trabalho materno, a qual em contrapartida interrompe seus sonhos e anseios, se tornando “mulheres interrompidas”.

Consoante a isso, esse tema também se encontra na seguinte fala analisada: *“Eu amo meu filho, mas eu preciso do meu tempo pra mim. Mas eu não consigo mais ter só o meu tempo sem ele. Ele vai estar sempre inserido com a gente. Então, aquela relação... É, porque o tempo, ele nunca...Depois que a gente tem filho, o nosso tempo nunca mais é nosso”*.

Diante disso, a “maternidade exigente” engloba as tarefas maternas, o que traz a reflexão das consequências dessas exigências em tempo integral, a mulher passa a não ter mais tempo para si e suas demandas pessoais, colocando-a em seu limite, e conseqüentemente afetando seu estado mental e sua experiência com a maternidade.

Ademais, de acordo com Resende: “como um lugar sagrado, interditado de conversação, a maternidade passou a ser vista como algo do instinto da mulher, que se realizaria plenamente ao ser mãe” (Resende, 2017). Ou seja, criou-se um ideário de mãe, a qual possui um instinto materno que possibilitaria realizar seu papel perfeitamente, e conseqüentemente viver uma maternidade plena, entretanto, quando partimos para a realidade é possível perceber que esse ideário trata-se de uma constatação não pertinente a realidade, colocando a mulher em conflito.

Frente a isso, essa questão foi percebida em um dos podcasts analisados pela seguinte fala: *“é o bingo da mãe perfeita, fiz aqui, olha, check check check, só que aí eu fiz tudo isso e não vinha, eu olhava pra criança, a criança só chorava, meu filho só chorava, eu entrego tudo de mim, tudo o que eu tinha de esforço, tudo que eu sabia, tudo que eu tinha lido, manuais, e a criança devolveia choro, coco e sabe, tudo, tudo foi um processo, eu me disse, meu Deus, o que é que eu tô fazendo de errado?”*, a qual ilustra a discrepância entre esse instinto e imagem de maternidade plena frente a realidade, submetendo as mulheres a um lugar de frustração.

Além disso, é possível identificar que a mulher ao se tornar mãe é atravessada por suas questões subjetivas, com suas novas demandas é colocada em um ambiente de mudanças significativas em relação à pessoa que ela é até aquele momento.

Desse modo Lopes, Prochnow e Piccini (2010) discorrem “ a mãe primípara tem que reorganizar muitas coisas em sua vida, pois tem que fazer tanto o luto de um corpo mudado pela gestação quanto o luto de sua própria identidade, em que ela deixa de ser somente filha, esposa e profissional e torna-se mãe”.

Nesse sentido, é possível analisar tal aspecto na seguinte fala de uma participante dos podcasts, *“e a maternidade, ela nos traz um processo de luto, porque aquela mulher que a gente se reconhecia até então não existe mais”*.

A partir desse discurso é possível refletir que, a maternidade provoca um período de mudanças em relação a sua identidade, é preciso lidar com o conflito que surge a partir disso, no qual a mulher já não se identifica com quem ela era até então ao mesmo tempo que ainda está construindo quem ela é frente suas novas vivências, passando por um luto daquilo que já não cabe mais em seus novos papéis.

Ademais, pôde-se identificar essa questão em outra fala analisada, *“E algumas questões que tinham um determinado significado, vão precisar passar por uma reconstrução de significados. Então a gente não é mais aquela que a gente se reconhecia e como a gente se via no mundo até então, uma questão de identidade, aquela que como eu vi, me reconhecia, não existe mais”*.

Ademais, Leite (2009) discorre sobre “maternidade romântica”, sobre como o tornar-se mãe é colocado como um sonho a ser atingido, o qual está repleto de realizações e reconhecimentos, sendo um prestígio frente à sociedade.

Sendo assim, a maternidade é vista como a concretização de diversas fantasias femininas, em um dos podcasts há a seguinte fala “entre os meus sonhos e projeções”, a qual leva a reflexão desse lugar de maternidade repleto de ideais, em meio a esses sonhos e projeções é criado um mundo que enxerga a maternidade sem falhas e dificuldades, o que acaba por interferir na real vivência desse processo.

Nesse sentido, destaca-se a seguinte fala: *“É importante você desejar, criar um ideal imaginário, o problema é que quando você se depara com a realidade você tem que adaptar e a adaptação para a gente é muito sofrida porque o sistema todo foi desenhado para não se adaptar”*.

Frente a isso, é possível analisar que boa parte dessas idealizações não correspondem às vivências reais, há essa quebra de expectativa ao mesmo tempo que se continua a exigência desse ideal.

4.2 Os possíveis impactos da maternidade na vida da mulher, a partir de uma perspectiva biopsicossocial

Maldonado (2017, p.43) discorre que "o comportamento da parturiente no trabalho de parto reflete características de personalidade", influenciado por diversos fatores

biopsicossociais, como história pessoal, contexto sociocultural e nível de informação sobre o processo de parto.

Perante o exposto, em um dos podcast analisados, consideramos a fala *"Agora não sou só mais eu, né? Tenho um ser que me depende de mim 100%, tá? Ele precisa de mim, né? Não é o pai, não adianta. Eu já me arrependi de ser mãe, sabe? Porque eu me privei de sono. O meu marido acordava, mas não era o meu marido que ele queria, sabe? E foi indo, né? E foram meses assim, né? Eu me culpando, me culpava, mas sempre tava presente ali no meu filho"*.

A mãe revela como a privação de sono e a sobrecarga emocional afetam seu bem-estar, mesmo com a presença do marido, a mãe continua sendo a figura mais requisitada pelo bebê. Assim como Maldonado (1976) menciona, a maternidade envolve um complexo de influências biopsicossociais que podem causar tanto momentos de alegria quanto de frustração, reforçando a importância de um suporte integral, que considere o impacto emocional, social e físico na vida da mulher.

Em outro relato a mãe afirma: *"Fiquei muito tempo em silenciamento, em depressão, tive psicose pós-parto que eu não sabia o que era, fui descobrir depois."* Além disso, complementar a esse relato a mesma mãe menciona: *"A solidão, ela é algo que todas as mulheres mães sentem, e na psicose pós-parto, e no arrependimento, que é essa evolução da depressão, é maior ainda"*. Esse relato dá atenção para mais um impacto psicológico da maternidade, que muitas vezes não é compreendido pelas próprias mulheres.

A depressão pós-parto e a psicose puerperal devem ser compreendidas como intercorrências psíquicas profundamente ligadas ao contexto sociocultural e econômico das mulheres, evitando sua simples patologização e estigmatização. Essas condições, embora possam ter bases biológicas, são intensificadas por pressões sociais e expectativas culturais que moldam a experiência da maternidade, como a obrigação de ser uma cuidadora plena e emocionalmente estável.

Ao não considerar o impacto dessas pressões externas, corre-se o risco de reduzir essas experiências complexas a meros diagnósticos clínicos, reforçando estereótipos e discriminações (Resende, 2017). Uma abordagem contextualizada permite reconhecer que esses transtornos psíquicos refletem também as desigualdades e pressões sistêmicas que permeiam o papel da mulher na sociedade.

Resende (2017) discute como a maternidade pode ser um caso que, muitas vezes, leva as mulheres ao silenciamento e à internalização de suas dores. A pressão social para que as mães sejam sempre cuidadoras natas e felizes, pode dificultar os desafios reais que enfrentam, contribuindo para o silenciamento de suas vivências.

Desse modo, Resende (2017) também ressalta que “a maternidade, longe de ser apenas uma experiência biológica, é permeada por discursos e ideologias que determinam o que é ser “boa mãe”. Em vista disso, é possível analisar que essas normas sociais frequentemente agravam a solidão e a culpa que muitas mulheres sentem, especialmente em momentos de vulnerabilidade emocional, como a psicose pós-parto.

Moreira (2009), argumenta a ideologia da mãe moral, “supunha que as mulheres deviam agir ao mesmo tempo como educadoras e modelos morais para seus filhos” (p. 19). Posto isso, em outro relato, a mãe afirma: “*Então na verdade a minha escolha por falar do arrependimento materno, e por falar que eu detesto ser mãe é pensando nela, inclusive também para romper esse ciclo vicioso de maternidade compulsória onde a mulher tem que ser mãe, onde é uma coisa que você não pensa e vai fazendo*”. Com isso fica evidente que a expectativa de ser uma mãe moral ainda persiste na atualidade.

Em outro relato foi abordado as expectativas herdadas que as mães carregam, onde diz: “*Mas eu acho que isso é novo para a gente, a sua mãe cerrava os dentes e aguentava tudo quieta, sozinha, porque ela achava que isso era o melhor jeito de te ajudar*”. Essa observação ilustra como as mães anteriores, muitas vezes influenciadas por modelos rígidos de exigências, se sentiam pressionadas a sustentar suas dificuldades sem expressá-las. Moreira (2009, p.12) realça que “as atitudes maternas, bem como o papel de mãe, têm se modificado com o decorrer de nossa história, o que pode nos levar a pensar a maternidade como construção sócio-histórica que se ajusta a um determinado contexto cultural”.

Ou seja, esse legado de comportamentos concorda para uma crítica ao ideal da maternidade que ignora a profundidade das experiências maternas. O reconhecimento da vulnerabilidade e a objeção à maternidade compulsória são passos significativos em direção a uma nova narrativa sobre a maternidade, onde a saúde mental e o bem-estar da mãe são igualmente importantes.

Baptista (1995, p. 121) salienta que “As questões do mundo privado deixam de ser sua única preocupação, mas continuam cabendo à mulher a responsabilidade maior, havendo assim uma sobrecarga de trabalho e de funções a serem exercidas”.

Uma das entrevistadas diz “*Porque durante muitos anos eu ouvi de diversas pessoas e em diversos lugares que tem a persona do trabalho e a persona da maternidade e elas não podem se misturar, é antiprofissional*”. O que salienta a ideia de que a mulher deve se destacar no mercado de trabalho, enquanto também cumpre suas funções familiares. Isso ilustra as estruturas sociais que dividem a mulher da mãe no ambiente do trabalho. Também revela a

fragmentação do ser humano em um sistema produtivista que separa rigidamente a vida pessoal da profissional.

Essa divisão impõe uma pressão sobre as mulheres, que são vistas como devendo desempenhar papéis distintos e muitas vezes inconciliáveis. A angústia de levar o filho ao trabalho e a ideia de que a maternidade não pode coexistir com o profissionalismo reforçam a desumanização das relações de trabalho, onde o cuidado e a vida pessoal são vistos como empecilhos à produtividade.

Essa perspectiva fragmentada ignora a complexidade das experiências humanas e as necessidades de conciliar diferentes aspectos da vida, perpetuando um ideal mercantil que não reconhece as subjetividades e a importância do bem-estar integral da mulher.

4.3 As realidades e desafios que as mulheres enfrentam no contexto da maternidade

Jessica Valenti (2013) em seu livro discorre sobre a cultura da maternidade idealizada e como as mulheres são pressionadas para serem mães ideais, onde são incentivadas a alcançarem padrões que são impossíveis.

Nos podcasts, a maioria das mulheres analisadas relatam a sua experiência com a maternidade e a imensidão de dificuldades e surpresas que vivenciaram e vivenciam durante o processo de ser mãe. Contando sobre suas expectativas e realidades como dito por uma delas; *“eu achei que era igual na propaganda de fralda”* e uma das falas de grande importância foi *“o ser mãe, eu aprendi muito que assim, algumas mulheres estão disponíveis outras não a gente só não pode colocar que isso do instinto feminino, porque isso não é do instinto feminino, a gente pari, mas parir é uma coisa ser mãe é outra completamente diferente”*.

Assim, relacionado com o livro escrito por Jessica Valenti (2013), é visto que a mãe perfeita não existe e essa pressão que acomete as mulheres é totalmente extremista. Dito isso, a idealização, cada vez mais mítica da maternidade, vem aumentando a cobrança sobre essas mães, o que colabora para o surgimento de expectativas irreais sobre a realidade materna e faz com que as mulheres se sintam insuficientes.

Além disso, as mulheres entrevistadas falam bastante sobre a culpa que elas sentiram durante todo o processo, uma das entrevistadas relata a culpa que sentiu por não ter chorado no nascimento do filho, com a fala: *“eu comecei a me culpar, porque eu não tinha chorado de emoção, que mãe eu era que não chorava de emoção quando a filha tinha nascido, eu comecei: “eu tenho que chorar, eu preciso chorar, porque se não que mãe terrível que sou eu, que já de cara já to fazendo tudo errado”*.

Segundo Halasi (2018, p. 63) atualmente as mulheres vivem uma "maternidade da culpa", que se divide entre o lar e o trabalho, os filhos e o trabalho, e a urgência de administrar tudo sozinha, uma das entrevistadas diz *“É um desafio cotidiano. É um desafio de todos os dias, principalmente quando se trata de conciliar a carreira no seu trabalho”*, assim deixando evidente essa sobrecarga da mulher que é mãe.

Ademais a ambivalência foi bastante comentada nos podcasts analisados, uma fala nesse contexto foi: *“o arrependimento, ele é um aprofundamento da ambivalência, é quando ambivalência pesa muito mais pro lado negativo e a mulher realmente, Ela fica parada num estado psicológico, ela não consegue se mover em direção ao prazer, a vida, a um outro recorte que não seja aquela dor né”*.

Tourinho (2006) discute sobre a presença dos sentimentos de ambivalência nos discursos de mulheres sobre a maternidade, levando uma sensação de culpa por não cumprirem com as expectativas sociais que são resultados de normas internalizadas de maneira inconsciente. Essas normas são transmitidas de geração em geração assim moldando o papel social da mulher e tornando parte da subjetividade feminina.

Esse tipo de sentimento surge, com frequências, durante a experiência da maternidade e da construção do vínculo materno, como uma das entrevistadas relata: *“quando eu pari, eu falo isso e choco as pessoas, quando a cabeça saiu, eu tive o arrependimento instantâneo que foi a queda da idealização não pensada, foi do meu corpo, foi algo que eu nem consigo dizer é indizível mas o meu corpo sentiu aquele primeiro baque e depois eu levei 3 anos pra elaborar e me auto diagnosticar arrependida”*.

Diante disso, é visto que as mães não vão necessariamente ter apenas sentimentos, tidos como socialmente “bons” pelos filhos, as mesmas poderão ter momentos de infelicidade em relação a eles e nem por isso deixarão de ser mães comprometidas com a maternidade. Posto isso, conclui-se que a ambivalência é inevitável em todas as relações, incluindo relação mãe e filho.

4.4 Possibilidades de suporte às mulheres frente às demandas e impactos analisados, considerando a área da Psicologia da Saúde

A psicologia da saúde é uma área da psicologia que estuda como fatores psicológicos, sociais e comportamentais influenciam a saúde e a doença (Pereira, 2017). Em consonância com o tema do presente trabalho, a psicologia da saúde considera os aspectos emocionais, as influências sociais, as redes de apoio social, às condições socioeconômicas e o contexto cultural como determinante para a saúde das mulheres em período de gestação e pós-parto.

Para tanto, uma das questões discutidas nos podcasts selecionados para este trabalho foi um desabafo no qual uma das mulheres reclama sobre a necessidade de ajuda para mulheres gestantes e com filhos.

Para mais, a participante diz: *“A gente precisa de ajuda, a gente tá falando aqui de sobrecarga de trabalho, de tempo. E justamente por conta dessa sobrecarga, ela desencadeia depressão, ela desencadeia muitas vezes a violência doméstica, a intolerância”*.

Posto isso, a fala da participante do podcast mostra a complexidade do ciclo de dificuldades geradas pela ausência de ajuda e apoio às mulheres e acende a discussão sobre a necessidade evidente de assistência social e psicológica para essas mulheres.

Ademais, outra questão que foi debatida nos podcasts selecionados para a discussão do presente trabalho foi o silenciamento das informações sobre saúde mental, isto é, a falta de diálogo sobre doenças mentais, riscos psicológicos e prevenção de transtornos. Uma das participantes disse o seguinte: *“Fiquei muito tempo em silenciamento, em depressão, tive psicose pós parto que eu não sabia o que era, fui descobrir depois”*.

Para tanto, essa é a realidade de muitas mulheres, haja vista que muitas mães não têm acesso a uma comunicação aberta sobre essa temática, pois a saúde mental está relacionada a estigmas e à desinformação (Pereira, Silva, 2017). Outrossim, a falta de diálogo sobre saúde mental colabora para a normalização do sofrimento, além de inviabilizar o acesso a recursos e suporte adequados.

De acordo com o Código de Ética Profissional do Psicólogo (2009), os profissionais psicólogos têm a responsabilidade de promover a saúde mental da população. Por conseguinte, a psicologia deve ter papel ativo na democratização da informação, isto é, promover o acesso à conhecimentos e informações. Com isso, também cabe ao psicólogo pensar em intervenções preventivas, de forma acessível, que visem a prevenção de agravamento em saúde mental.

Para tanto, na perspectiva de prevenção ao agravo de alterações psíquicas, o pré-natal psicológico é uma intervenção que busca oferecer cuidado integral à mulher. Desta maneira, a intervenção busca oferecer atendimento perinatal voltado para maior humanização do processo gestacional e do parto e da parentalidade (Arrais, Mourão, Fragalle, 2013).

Além do mais, o pré-natal psicológico proporciona suporte às mulheres, antes e após o nascimento do bebê, e visa reduzir o risco de transtornos como a depressão pós-parto, além de promover assistência e acolhimento às mulheres. Ademais, o suporte psicológico integral visa atender as diversas dimensões que demandam atenção e proporcionar uma abordagem multifacetada de cuidado, que inclui desde o atendimento psicológico individual ao grupal. Além disso, o pré-natal psicológico também conta com a participação da interdisciplinaridade

dos profissionais no cuidado integral às mulheres e busca incluir a família na rede de apoio às gestantes. Além disso, enfatiza-se a importância da continuidade da atenção psicológica durante o puerpério.

Em outro podcast que foi analisado durante o trabalho, uma das participantes fala sobre a importância do letramento emocional materno e diz também que: *“Essas são questões que a gente tem que trazer, eu acho que a informação é o caminho, mas não somente a informação, a vinculação dessa informação também, por parte de campanhas governamentais”*.

Posto isso, a participação ativa de políticas públicas é crucial para promover informações acessíveis à população sobre a maternidade realista. Outrossim, as campanhas governamentais, em conjunto com a psicologia e com outras áreas disciplinares devem desenvolver campanhas reflexivas que abordam os desafios e as expectativas da maternidade, no intuito de desmistificar mitos que reforçam a idealização da mãe perfeita e promover um entendimento mais realista sobre a maternidade.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se, conforme o objetivo geral de analisar os impactos da maternidade no ser mulher, bem como os objetivos específicos, que a experiência materna impacta diferentes âmbitos da vida da genitora. Dessa forma, torna-se de suma importância compreender o ser mulher na contemporaneidade, atravessado pela experiência da maternidade, indo além de uma análise meramente social, com o intuito de quebrar tabus em torno da "mãe perfeita" e explorar como a Psicologia pode contribuir para essa discussão.

Por meio das falas analisadas dos *podcasts*, a análise do discurso permitiu uma compreensão aprofundada das vivências subjetivas das mulheres que se tornam mães, revelando não apenas os desafios enfrentados e a subjetividade de cada genitora, mas também a ambivalência em relação a essa nova etapa e as nuances desse papel social construído ao longo do tempo.

Também é necessário destacar que, diante dos relatos, as mulheres expressaram, em diversas falas, sentimentos que variam entre o amor incondicional e o desgaste físico, mental e emocional, contribuindo para o sentimento de ambivalência entre o amor materno idealizado e a realidade repleta de desafios diversos que estão sendo vivenciados.

Entre os impactos biopsicossociais, alguns temas centrais foram destacados, tais como: pressão social, maternidade compulsória, saúde mental em relação à exaustão mental e depressão puerperal, dúvida sobre como conciliar a carreira após a maternidade, necessidade de apoio por meio de políticas públicas e a redefinição de papéis. Esses temas enfatizam a

necessidade de um suporte mais vigoroso para as mães, que frequentemente se encontram sobrecarregadas e, muitas vezes, solitárias nessa jornada.

Contudo, o presente trabalho deixa em aberto possibilidades para futuras pesquisas sobre o tema. A intersecção entre maternidade e diversidade cultural, as diferentes realidades de mães solo, os impactos da maternidade em genitoras com contextos socioeconômicos variados e as consequências da pandemia na experiência materna são assuntos a serem explorados.

Em conclusão, a importância desta temática para a Psicologia é incontestável. Analisar a maternidade sob uma perspectiva biopsicossocial, com o olhar voltado à Psicologia, deve ir além do campo teórico, incluindo a necessidade de intervenções práticas que, em conjunto com a Psicologia da Saúde e políticas públicas, procurem promover o bem-estar das mulheres.

Este estudo busca contribuir para desmistificar o ideal materno e, com isso, construir um espaço de diálogo livre de julgamentos e realista sobre a maternidade, reconhecendo-a como uma experiência complexa, que merece suporte e deve ser discutida em diferentes esferas.

6 REFERÊNCIAS

ALVES, M. et al. A enfermagem e puérperas primigestas: desvendando o processo de transição ao papel materno. *Cogitare Enfermagem*, v. 12, n. 4, p. 416-427, 2007.

APA – American Psychological Association. Página oficial da Associação, 2003. Disponível em: <https://www.apa.org>. Acesso em: 10 out. 2024.

ARRAIS, R.; MOURÃO, A.; FRAGALLE, B. O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. *Revista Saúde e Sociedade*, 2013.

ÁVILA, A. Armadilhas da culpabilização materna. *Revista Estudos Feministas*, v. 28, n. 2, e65236, 2020.

AZEVEDO, K.; ARRAIS, R. O mito da mãe exclusiva e seu impacto na depressão pós-parto. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 19, n. 2, p. 269-276, 2006.

BADINTER, E. *O conflito: a mulher e a mãe*. Rio de Janeiro: Record, 2011.

BAPTISTA, S. *Maternidade e Profissão: oportunidades de desenvolvimento*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1995.

BORGES, F.; FIGUEIREDO, I. *Feminismo e a mulher na contemporaneidade: uma análise de propagandas televisivas*. Minas Gerais: Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ), 2015.

CAPLAN, G. Psychological aspects of pregnancy. In: Lief, H. I., Lief, W. F. e Lief, N. R. (eds.) *The psychological basis of medical practice*. Nova York: Harper & Row, 1960.

CÉSAR, B.; LOURES, F.; ANDRADE, S. A romantização da maternidade e a culpabilização da mulher. *Revista Mosaico*, v. 10, n. 2, suplemento, p. 68-75, jul./dez. 2019.

CHODOROW, N. *Psicanálise da Maternidade: uma Crítica a Freud a Partir da Mulher*. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1990.

COLMAN, A. Psychological state during first pregnancy. *American Journal of Orthopsychiatry*. v. 39 (4), p. 788, 1969.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. *Código de Ética Profissional do Psicólogo*. Brasília: CFP, 2019.

FLECK, A.; WAGNER, A. A mulher como a principal provedora do sustento econômico familiar. *Psicologia em Estudo*, v. 8, n. esp., p. 31-38, 2003.

GIL, A. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GODOY, A. Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais. *Revista de Administração de Empresas*, São Paulo, v. 35, n. 3, p. 20-29, jun. 1995.

GONZÁLES, F. Psicologia e saúde: desafios atuais. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 10, n. 2, p. 275-288, 1997.

GRADVOHL, S.; OSIS, M.; MAKUCH, M. Maternidade e formas de maternagem desde a Idade Média à atualidade. *Pensando Fam.*, Porto Alegre, v. 18, n. 1, p. 55-62, jun. 2014.

HALASI, S. A mulher brasileira contemporânea e a maternidade da culpa. 2018. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.

KITZINGER, S. *The experience of childbirth*. Londres: Pelican, 1962.

LOPES, R.; PROCHNOW, P.; PICCININI, A. A relação da mãe com suas figuras de apoio femininas e os sentimentos em relação à maternidade. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 15, n. 2, p. 295-304, abr./jun. 2010.

MACHADO, V. O que é ser mulher na contemporaneidade?. *Revista Brasileira De Sexualidade Humana*, v. 26, n. 2, 2015.

MASSY, C. Psychological factors in nausea and vomiting in pregnancy: a review. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*. v. 4 (1-2), p. 23-55, 1986.

MALDONADO, M. *Psicologia da gravidez, parto e puerpério*. Petrópolis: Vozes, 1976.

MARIANI, B. *O PCB e a imprensa: o imaginário sobre os comunistas nos jornais*. Rio de Janeiro: Revan; Campinas: Ed. UNICAMP, 1998.

MOREIRA, R. Maternidades: os repertórios interpretativos utilizados para descrevê-las. 2009. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2009.

MOURA, M.; ARAÚJO, M. A maternidade na história e a história dos cuidados maternos. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 24, n. 1, p. 44-55, 2004.

PEREIRA, M.; SILVA, G. Estigma e saúde mental: reflexões sobre a construção social. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 2017.

PEREIRA, M. *Psicologia da saúde: fundamentos e práticas*. São Paulo: Editora X, 2017.

RAPOPORT, A.; PICCININI, C. *Apoio social e experiência da maternidade*. São Paulo, 2006.

RESENDE, K. Maternidade: uma construção histórica e social. *Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas*, v. 2, n. 4, p. 175-191, 2017.

ROCHA, T. Metodologia de pesquisa científica: análise do discurso - conceitos e possibilidades. *Caderno da Fucamp*, v. 21, n. 53, p. 215-225, 2022.

SCAVONE, L. A maternidade e o feminismo: diálogo com as ciências sociais. *Cadernos Pagu*, n. 16, p. 137-150, 2001.

SIMAS, F.; SOUZA, L.; COMIN, F. Significados da gravidez e da maternidade: discursos de primíparas e múltiparas. São Paulo, 2013.

TEIXEIRA, C.; LEAL, I. Psicologia da saúde: contexto e intervenção. *Análise Psicológica*, v. 8, n. 4, p. 453-458, 1993.

TOURINHO, G. A mãe perfeita: idealização e realidade - Algumas reflexões sobre a maternidade. Rio de Janeiro: UERJ, 2006.

VALENTI, J. *Pra Que Ter Filhos?*. Rio de Janeiro: Editora Record, 2013.

7 APÊNDICES

TRANSCRIÇÃO DOS *PODCASTS*

Podcast 1: Antimanual da Maternidade (Podcast: Mamilos)

Apresentadora 1: Mamileiros e mamiletas, bem vindos ao nosso espaço de diálogo semanal, eu sou a Cris Bartes.

Apresentadora 2: E eu sou a Ju Valauer e esse é o Mamilos, o *Podcast* que está mais interessado em construir pontos do que provar pontos e hoje o nosso papo é sobre o Antimanual da maternidade, vamos juntas.

Apresentadora 1: Vamos lá Juliana, a gente fez aqui uma introdução para mostrar de onde a gente quer partir, mas tem um probleminha nessa introdução, mas vamos começar, quando nasce uma mãe, nasce uma culpa, muitas de nós já ouvimos essa frase, mas de onde vem essa culpa?

Apresentadora 2: A culpa vem dessa penosa consciência de ter descumprido uma norma social ou um compromisso, um compromisso seja afetivo ou institucional que foi assumido livremente.

Apresentadora 1: Que norma é essa que estão falando que eu aceitei sem ver, sem nem saber?

Apresentadora 2: Nasce de um imaginário coletivo onde nós como sociedade fantasiemos e sonhamos aquilo que pode nos tornar mais fortes, mais resistentes, mais felizes.

Apresentadora 1: Pensando assim parece tudo certo, onde está o problema?

Apresentadora 2: No caso da maternidade como a gente tá fazendo a tarefa mais difícil da vida, que é cuidar de outro ser humano, o problema é que a gente tem uma dificuldade em adequar aquilo que a gente sonhou e imaginou com aquilo que é possível na realidade e daí a culpa que era para servir só como um termômetro, ela vira um peso avassalador que pode esmagar uma pessoa.

Apresentadora 2: A gente acredita que a única maneira de promover uma libertação para que a fantasia e a realidade possam andar juntas, gerando uma mãe possível, e promovendo conversas cheias de cumplicidade e afetos como a de hoje.

Apresentadora 1: Só que para essa conversa de hoje, com essa introdução, eu quero dar um exemplo prático de como ela é difícil, hoje eu acordei às 6 horas da manhã como eu acordo sempre, para levar o meus filhos na escola, só que o Romancio teve uma noite terrível, o Romancio teve 4 anos e meio e ele estava muito febril, ele estava sarando de uma gripe e já estava bastante constipado e ela está me chamando agora, por exemplo, enquanto eu estou falando aqui, essa é a realidade, eu tive que trazer ele para o estúdio para gravar, enquanto passava o tempo e eu vi a hora e estava chegando e eu vi que ele não ia mesmo para escola eu fui ficando nervosa, pensei: o que que eu vou fazer? Não posso levar ele, porque não é adequado, por que não é adequado se essa é a realidade? Porque durante muitos anos eu ouvi de diversas pessoas e em diversos lugares que tem a persona do trabalho e a persona da maternidade e elas não podem se misturar, é antiprofissional e aí eu fiquei naquele jogo de sempre “não, mas você está fazendo um conteúdo sobre a maternidade, é claro que você pode levar ele”, mas é desconfortável, enquanto eu estou falando aqui está desconfortável, a escolha de trazer ele para o trabalho ainda é uma escolha que me incomoda muito, eu faço, porque eu

acho que a gente tem que sair do lugar de conforto para promover mudança, mas não é fácil, se eu consigo fazer hoje e por causa de mulheres como a Manuela D'Ávila, que levou a filha dela para uma campanha, toda vez que eu falo que algo é inadequado eu penso na Manuela D'Ávila, dá para fazer e vai ser do jeito que é a realidade aqui, ele vai chamar de vez em quando, se eu tiver que levantar é porque ele está precisando de alguma coisa e aí o desconforto não some, será que some para alguém? Será que some para algumas e não para outras? Vamos conversar aqui para vez se dá para ser um pouco menos penoso essa integração entre fantasia e realidade.

Apresentadora 2: Então vamos, vamos começar pelo começo porque se você veio até aqui para poder ter a oportunidade de responder a pergunta mais amada do Brasil: quem é você na fila do pão, prof?

Cris Guterres: Eu sou Cris Guterres, sou jornalista, sou mãe do Rafael, que é um menino incrível que tem o segundo sorriso mais bonito do mundo, porque o primeiro é o meu, porque eu sou leonina, claro né, por isso eu puxo sardinha para mim mesma e estou aqui porque eu vim estar com mulheres incríveis, que eu admiro e que dividem comigo a minha maternidade, porque eu sou mãe de adoção é uma das mulheres, que reconheceu, até antes de mim, a maternidade em mim foi a Cris Bartis.

Apresentadora 1: Ai que lindo!

Apresentadora 2: Eu tenho em minha defesa que dizer que eu só não sabia, não foi tipo: vou ali dar uma força para a mana, só era isso, então é isso.

Apresentadora 1: Já temos a segunda Cris, agora vamos para a terceira da mesa, seja bem vinda ao mamilos, quem é você na fila do pão?

Chris Francini: Bom, eu sou Chris Francini, eu tenho 53 anos, tenho 2 filhos adolescentes, já quase adultos, Catarina com 20 e Stefan com 18, quando você estava falando no começo sobre culpa eu acho que começa lá atrás, porque a gente tem a idealização de que a mãe ficar em casa cuidando dos filhos, da princesa da Disney, do desenho animado que a gente assiste e tal e a realidade hoje em dia é outra, então a gente tem a questão de sair para o mercado de trabalho, que é uma coisa muito saudável, eu não acho que está errado, acho super saudável e você Cris trazer o seu filho pra cá é a coisa mais normal que se pode pensar na sua vida, é que eu tive uma mãe muito porreta e ela foi estudar quando eu já era grande, ela era artista e eu lembro de ir para a FAAP com ela, indo estudar com ela e indo para o trabalho com ela é isso fez com que eu admirasse cada vez mais ela.

Apresentadora 1: Eu tenho plena consciência que isso é um privilégio, eu acho que dá para a gente colocar aqui elementos básicos das nossas tentativas e das nossas fantasias, eu acho que é importante fantasiar, é importante você desejar, criar um ideal imaginário, o problema é

que quando você se depara com a realidade você tem que adaptar e a adaptação para a gente é muito sofrida porque o sistema todo foi desenhado para não se adaptar.

Apresentadora 2: E as vezes é difícil ir contra essa expectativa, a gente acha que a gente tem filho pra e cuidar, para eu cuidar e não para terceirizar o cuidado, eu tenho filho para conversar sobre tudo com ele, eu tenho filho para brincar com ele no chão com ele, eu tenho filho para ser a pessoa mais presente para ele, essa expectativa, primeiro, era uma expectativa que vocês tinham? Se não, qual era? E se sim, ela se concretizou? Quando você vê o que você esperava e o que você dá conta de fazer bate.

Cris Guterres: Bom, eu achava que ia ser mais fácil, eu me joguei numa adoção e o meu filho quando chegou ele tinha 14 anos e eu tinha muita expectativa de que eu tivesse um filho que me acompanhe nos shows de rap, que ouve racionais, da gente sair, se divertir, de conversar, coisa que a gente faz muito bem, a gente conversa muito, mas vem junto os desafios e aí são os desafios de uma adoção e de um adolescente, que é o desafio que todas as maternidades têm e eu acho muito engraçado como as pessoas me olham com olhos de santa, como: “agora você é uma santa, você adotou” aí eu quero voltar na culpa, porque olha que louco eu faço o máximo possível para eu me desvencilhar dessa imagem porque em algum momento da minha vida eu também achei que eu era uma santa, em algum momento, antes ou depois da adoção, por que foi isso que foi apresentado para a gente, todas as reportagens que eu assistia sobre adoção na televisão falavam: “que coisa linda, a família vai salvar esse menino” e o que que fica para mim e que o meu filho tem que ter uma vida correta, porque se eu o salvei eu não posso deixar que de algo errado na vida dele e eu vou conseguir fazer isso muito fácil, eu tenho dinheiro e eu acho que vou conseguir dar tudo para o meu filho mas não é assim que funciona. Uma vez que eu estava conversando com a dona Jacira eu perguntei para ela se ela sentia a culpa sobre os filhos que eles tem que dar certo e ela respondeu: “Todos os dias desde que eles nasceram, eu sou uma mãe preta de meninos pretos e a expectativa que as pessoas tem é que eles virem bandidos” e esse é o comprometimento que eu tenho hoje é esse comprometimento me massacra, eu acho que essa é a maior dor atual da minha maternidade e preciso de muita terapia para saber que eu preciso deixar que o Rafael seja e que eu fiz o meu melhor e que ele tem o direito de escolher os caminhos dele. Ele não é o meu projeto.

Apresentadora 2: A gente também tem que abraçar da onde a gente foi, eu acho bonito que a gente tenha repertório e quando eu te escuto eu descubro que existem outras possibilidades e que de uma maneira muito romântica e maternal pelo instinto, foi o que você fez com a sua filha, você tentou abrir o repertório, tem isso mas também tem outras coisas, mas a gente é o que a gente é, a gente também vai se mudando, mas a gente carrega a nossa família na nossa

história e no nosso DNA. Eu não tenho paciência, já a Cris senta e assiste desenho e ela faz companhia e eu entendo o valor disso, qual o valor disso: se você não está pronto para conversar sobre o que ele quer quando chegar nessa idade dos 14 e você quiser conversar porque você precisa entrar na vida dele, porque que ele te deixaria entrar? Então eu vejo o valor só que isso não está disponível para mim, eu vou sentar para ver carrossel eu quero me matar, eu não tenho tempo. A gente fazia festa do pijama em casa que consinto em: todo mundo colocar pijama, estourar pipoca e cada dia um escolhia um filme, na sexta e no sábado, mas eu comecei a ficar irritada, porque eu ia passar o meu sábado a noite assistindo vingadores pelo amor de deus entendeu. Eu ficava puta da cara, entendeu, eu não quero.

Apresentadora 1: E você assistia?

Apresentadora 2: No começo eu assistia, e meu marido é aquele paizão que fica, que gosta, bom para vocês, já tem um pai que faz isso, a mãe não vai fazer porque eu odeio. Um dia eu taquei o controle na parede.

Apresentadora 1: Os Vingadores não.

Apresentadora 2: Eu não quero mais participar disso aqui, me chama para outra coisa, eu vou no parque, eu jogo bola que o pai não joga, eu faço a festa de aniversário, eu faço um monte de coisa, mas isso eu não tenho para dar.

Apresentadora 1: mas olha só, eu entreguei ela, mas é porque ela também sabe onde tá.

Cris Guterres: eu acho que vocês tão certas gente.

Apresentadora 1: ela compra um monte de jogo de tabuleiro e ela se dispõe horas a ficar jogando. Eu odeio jogo, cara eu não sei oq acontece, não sei onde isso nasceu, eu não suporto nenhum jogo. Daqui um pouco a Moss vai aparecer ali e falar “mãe é né, você não gosta”, detesto, detesto jogo eletrônico, de tabuleiro. Cara é sempre um drama para mim e aí eu dou enroladas, entendeu, eu jogo 30 minutinhos e “aí agora a mamãe vai ali”.

Chris Francine: 30 minutinhos “a preciso fazer alguma coisa”.

Apresentadora 2: fazer o almoço, da licença.

Apresentadora 1: vai comprar cigarro e não volta, “acho que o telefone tá chamando” tá chamando nada.

Apresentadora 2: fazer o almoço de fone para ouvir *podcast*, não me interrompa.

Cris Francine: mas por exemplo, gente, olha pra quem tá ouvindo a gente, por exemplo, eu olhando de acho que vocês tão certíssimas em falar não para certas coisas que vocês não gostam, é que eu sou assim. A Caterina queria a vida inteira pentear meu cabelo, eu falava “meu Deus do céu”.

Apresentadora 1: nossa também detesto.

Apresentadora 2: lá em casa tem isso também.

Cris Guterres: Eu odeio que penteiam o meu cabelo, eu não fico penteando meu cabelo, eu acordo e vou.

Apresentadora 2: não, meu cabelo não suporta isso.

Apresentadora 1: ai eu peguei e falei tá, desde pequena falei “Nina”, brincar de cabeleireiro eu odeio, não vai rolar, eu pensei assim invés de eu falar sempre o “não, não, não”, eu posso descobrir com ela. É o que vocês fizeram, aí a culpa é uma troca, eu aprendi isso pq trabalhei sempre muito, fiquei 12 dias dando de mamar, eu tive depressão pós parto nos dois, então eu tomava remédio logo e precisava trabalhar, eu precisava sair de casa, e eu descobri logo cedo que não importava a quantidade de horas que eu tava com as crianças e sim a qualidade. Ah “mas Cris cê tá errada nanana, precisa de amor o tempo todo”, é melhor você dar amor quando pode dar, naquilo que você é boa em dar amor. Eu nao sou boa em cozinhar, mas eu fazia aqueles shakes que eles gostavam com leite, só que invés de fazer o nasceu com leite, eu fazia uma festa na cozinha, então virava outras coisas, então oq eu falo para as mães é “achem o vínculo com o seu filho”, porque eles vão achar o vínculo com vocês. Você não precisa ver o filme com ele agora, você vai achar outro vínculo quando eles virarem adolescentes, vocês não vão ao show juntos.

Apresentadora 2: então eu acho que isso nasce desse desejo assim, eu acho para a Cris e vejo assim que lindo que ela tem uma conexão com o filho na música e eu quero isso. Ai eu vejo você, que lindo que faz festas encantadoras eu quero isso, aí eu vejo ela que senta para ver o desenho e eu quero isso e a gente quer ter tudo, isso também é o mal do nosso tempo, que é não escolher, olha o que você falou tá perfeito. De tudo que tem, o que eu posso dar? O que tenho para dar? Por que tudo é você? Ninguém é tudo.

Apresentadora 1: a gente nunca vai ser. Mas eu acho que tem um outro lugar também na culpa, quando você fala de repertório, eu já escrevi várias vezes sobre a minha relação com a minha mãe, que era maravilhosa e tal, mas eu descubro oq é ser uma mãe culpada nela. A minha mãe, ela passou por 3 gravidezes, a primeira ela perdeu, a segunda fui eu, foi um parto difícil, a terceira uma pré-eclâmpsia aos 8 meses que nasceu o meu irmão, que é uma pessoa com deficiência intelectual por conta da ausência de oxigênio nesse parto. Minha mãe ficou meses internada, quase veio a óbito, para a medicina foi um milagre ela ter conseguido reverter a própria vida, mas ela passou o resto da vida dela culpada achando que a deficiência do meu irmão era por culpa dela, porque se ela tivesse percebido que a pressão dela tinha subido antes ela poderia ter feito alguma coisa, ela já tinha passado por aquilo algumas vezes, então ela

poderia ter mudado, olha que loucura isso. Ai essa culpa dela era tão forte que eu cresci a vida inteira com a minha mãe dizendo “não tenha filhos, você não precisa ter filhos, imagina, olha o trabalho”, e assim não é só passar pelo parto, é você ser mãe de um menino negro, deficiente intelectual que vai ter q enfrentar uma sociedade racista que sempre vai colocar ele num lugar estereotipado e ele não sabe se defender né e todas as questões da sua vida que mudam, por que agora você precisa trabalhar para levar esse menino todos os dias na escola. Marcelo estudava na APAE, minha mãe ficava lá o dia inteiro, voltava de lá a tarde porque era tão longe de casa que não dava tempo dela ir e voltar, a vida mudou completamente, depois ela conseguiu ali com as mães ela foi fazendo algumas diárias, foi trabalhar de empregada doméstica para passar o dia lá e no final do dia trazer o Marcelo né e as várias condições de vida dela que modificaram completamente por conta de uma criança deficiente que nasce e isso mexeu muito com ela. Então eu fui uma pessoa que ouviu da minha mãe “não vai ser mãe, imagina”.

Apresentadora 2: mas é pelo o que a gente faz muito que é. Ela falou isso para você porque ela tava sofrendo muito e ela não quer que você sofra.

Apresentadora 1: ela não quer que eu sofra.

Apresentadora 2: isso é um erro clássico de mãe. A gente pega o briefing errado, o trabalho de ser mãe é evitar que o filho sofra, “filha a dor que eu passei da dor que eu carrego, eu não quero você nunca passe isso”. Acho muito importante falar desse ecossistema que a gente foi criado para entender a mãe possível que a gente é hoje, as culpas que você carrega, quem você gostaria de ser e não é, estão completamente ligados ao lugar que você cresceu, você só vai desconstrair, parir a própria mãe é um processo longo, difícil e que pode não acontecer. No início vai ser com base naquilo que você viu muitas mulheres serem do seu lado, da sua família, então essas referências para você ser auto referente e criar o seu próprio jeito de vida, vai demorar de acordo com o tempo, a influência e o recorte que você teve, não tem como ser diferente.

Cris Francine: mas você não acha que hoje em dia, graças a Deus, eu acho assim concordo plenamente com tudo, a gente tem um reflexo da nossa família, da nossa mãe, da nossa história, óbvio, não tem como você sair, a maçã não cai longe da macieira, mas eu acho que hoje em dia a gente tem poder tão mais acessível. Gente eu sou da época que não tinha celular.

Apresentadora 1: eu concordo com ela, tem muito mais repertório, a minha pergunta para você é: esse maior repertório, por mais que eu acesse de forma diferente, por mais que eu veja só a Fátima Bernardes, uma manhã de Fátima Bernardes tem 5 anos de conteúdo que minha mãe acessava, então eu acho que nós temos muito conteúdo hoje, tudo bem, mas será que esse

conteúdo, para a nossa discussão de hoje, nos ajuda ou aumenta a dificuldade? O que eu acho, eu sinto pelo menos pra mim, eu tenho um direcionamento embarcado, um impulso embarcado que são as minhas raízes, que eu aprendi na prática, na vivência, no corpo, oq meu corpo sabe, como meu corpo se move diante das situações. Esse repertório todo que você tá falando, que eu concordo com você que hoje tem mais, ele me conta de várias possibilidades, a possibilidade de várias “Chris”, eu acho que isso aumenta a dificuldade, porque? Porque eu almejo uma coisa que eu não tenho no meu corpo, e aí eu passo a me cobrar mais do que antes. Então essa culpa da sua mãe, eu acho que a gente carrega mais pq o repertório é maior, então eu vou responder do jeito que a minha mãe responde né, muitas vezes eu tenho o repertório que minha mãe não tinha, ela não tava errada lá atrás, eu tô. Se eu repetir o que minha mãe faz hoje, eu tô muito errada, porque eu sei que não pode e eu sei o pq não pode e eu tenho muitas referências do melhor, então assim ter essa base de comparação maior ao mesmo tempo que ela te uma possibilidade se parir uma outra mãe, esse parto é muito mais difícil e doloroso.

Chris Guterres: muito mais difícil gente, é claro, quando você tem mais escolhas sempre é mais difícil. Aí depende de nós, aí o novo não é questão de culpa, é você saber que tem o poder da escolha, é isso que eu to falando para vocês.

Apresentadora 2: quem de nós 3, eu poderia arriscar “eu estou batendo pq eu te amo”, “batendo para te educar”.

Apresentadora 1: minha mãe me batia muito.

Apresentadora 2: repetir isso e sair do lugar do automático e falar “não isso não é amor, isso é outro jeito”.

Apresentadora 1: vamos lá você não vai bater no moleque. Eu ensinando meu filho matemática durante a pandemia, bater eu não batia, mas o jeito que eu falava com ele “Benjamim 10+10, Benjamin, se não sabe isso vai saber oq”. É maldade? É porque eu sou má? É porque eu não gosto do meu filho?

Cris Francine: não gente. É horrível.

Apresentadora 2: mas a gente faz, faz ou não faz? E Aí quer morrer Cris? Quer morrer? A gente faz.

Cris: não eu quis morrer outro dia quando Rafael veio todo sério comigo, hoje ele já tem 18, meu filho já chegou, a 4 anos...

Apresentadora 1: 18 anos, ave Maria.

Cris Guterres: mas o Rafa tem, a idade do Rafa de registro não é a mesma que mental, ainda mais que todas as vivências que Rafael teve. Rafael chegou em casa com 14 eu diria que ele tinha uns 8, porque ele foi viver tudo aquilo que ele podia viver né, naquela família.

Apresentadora 2: virou filho.

Cris Guterres: Afinal de contas ele tinha mãe né? Ele era filho, deu uma regredida. Esses dias ele veio me dizer que ficou incomodado pq eu não tenho paciência para ensinar nada para ele e ele sempre fica nervoso e não quer perguntar e não sei oq nanana, aí eu fiquei, fiquei mal “nossa coisa coitado, meu filho”, mas falei assim peraí esse menino tá me sacaneando, esse menino tá me sacaneando pq agora a culpa é minha? Não é minha não! Você que não aprende, eu realmente tenho dificuldade de te ensinar.

Apresentadora 1: sou professora por acaso?

Cris Francine: É a coisa mais difícil a gente estudar e fazer a lição de casa com alguém, com filho.

Apresentadora 2: é muito difícil.

Cris Guterres: É muito difícil. A minha psiquiatra falou “você dá broncas enormes, você tem que dar um direcionamento do que você não gostou, frase curta que tem q ter uma resposta”, então eu fui pegando isso, a gente não nasce sabendo ser mãe, é muito difícil.

Apresentadora 2: eu sou palestrinha lá em casa.

Apresentadora 1: eles desligam o cérebro.

Apresentadora 2: Entendeu, mas é importante para a gente, oq eu tenho tentado fazer e falho miseravelmente, então oq eu to tentando fazer, eu escrevo a raiva toda, depois eu pego uma frase e dou o direcionamento pq eu aliviei. quando eu não consigo fazer isso, mano, num é que cê tem que ouvir, é que eu que tenho que falar.

Apresentadora 1: eu que tenho que falar né.

Cris Francine várias mães que estão assistindo aqui aprendem com isso, isso é o máximo.

Apresentadora 2: eu vou precisar falar isso aqui, senta aí que lá vem palestrinha, e aí depois eu falo “resumindo” E aí eu dou a frase.

Apresentadora 1: aí ele já desligou o cérebro e não tá ouvindo nada.

Apresentadora 2: já a muito tempo, mas tem o que eu preciso fazer, oq eu dou conta e a minha necessidade.

Cris Guterres claro.

Apresentadora 2: então esse lugar de casar essas coisas, de baixar o tempo todo o seu DNA, eu acho que é o tempo inteiro você olhando, eu sou feita desse desse barro, esse barro é bom pq eu sou boa. Se você não vê valor no barro do qual você foi feito, como você vai se amar, então eu acho que todo mundo que assim, detesta muito a família de origem tem muita dificuldade de ter auto amor. Alguma coisa tem de bom, pq se você sobreviveu, se você tá aí

fazendo as coisas, acertaram em muitas coisas e erraram em outras, então beleza, eu herdo desse barro, a minha tarefa é dar uma melhorada nesse barro para passar para frente e a tarefa deles assim, a gente evoluiu como sociedade desse jeito. Eu vou melhorar um pouco, não vou melhorar tudo e eles vão melhorar mais um pouco e todo mundo vai melhorar um pouco e a gente vai evoluindo como sociedade, e eu acho que tá dando certo pq a gente tem evoluído, é um passo para frente e dois para trás, é uma mudança difícil, mas esse negócio virou motivo de riso, esse negócio quando baixa o DNA da família, esse negócio de caderno. Outro dia um caderno pro Amós, mas pô o Amós tem 4 anos e meio olha se a pessoa tem algum sentido oq eu falei, aí Amós desenha sempre no meio da folha e vira e vai para outra folha e vira e fala “me da uma olha folha” e eu, mas você usou só um pedacinho, você vai usar a folha inteira, eu não vou te dar outro caderno, desperdiçando folha, não faz o menor sentido.

Apresentadora 1: tem 5 árvores aqui só nesse canto em branco.

Apresentadora 2: ó você não tá vendo, vira, faz ao contrário, do outro lado, cara ele tipo, porque você tá fazendo isso.

Apresentadora 1: Mas a gente quer isso né. A gente quer preservar o que tem de bom e mudar outras coisas, mas a gente quer mudar sem abrir mão de nada. Então, vamos lá, na educação que eu recebi, que é a do castigo, do apanhar, do “criança não tem razão” de “criança não sabe nada”, “criança não tem querer”, qual era a minha expectativa de mãe? Fala se não é a mesma situação, o que eu cozinhar, eu coloquei na mesa a criança come, não existe isso de criança escolher o que come. Minha sogra se tem 7 pessoas na casa, ela faz 7 almoços diferentes, porque você não come carne, você não come arroz, você não come feijão, então ela faz uma alternativa para cada pessoa. Eu falei: “nunca na minha vida, isso não se cria na minha casa”.

Cris Guterres: Minha mãe chegava na minha casa e falava: “Que absurdo, tem três jantares nessa casa” e eu disse: “mãe, desculpa, você já teve os seus filhos, você cuidou muito bem de mim e do meu irmão, mas aqui em casa eu tenho que colocar as minhas regras que se não eu vou ficar louca”. A gente tem que escolher as lutas que a gente quer travar.

Apresentadora 1 “... eu sou uma mãe que não ensinou direito, porque meu filho não come feijão” aí eu falo pra ele quando ele vai na casa dos amigos: “só não me faz passar vergonha”, “em casa você faz isso, mas na casa dos outros você come o que botarem no prato, você não é obrigado a repetir, mas o que colocarem no prato você come, porque a pessoa pensou no que fazer, ela comprou, ela cozinhou, então você come e agradece pelo prato que você fez pra mim.

Apresentadora 2: e você já ligou para as mães para perguntar?

Apresentadora 1: Sim, e ela falou: “Cris, aqui ele faz tudo, leva o prato...”

Cris Guterres: O rafa, ele tinha umas coisas assim, por exemplo: a alimentação do Rafael era péssima né, não tem horário pra nada, não tem horário pra comer, não tinha rotina, então acorda de manhã e quer comer o almoço, passar o dia inteiro sem comer, só comer salgadinho. No começo eu briguei bastante, mas depois eu falei: “cara, eu não tô afim de brigar por isso”, um dia eu fale pra ele mesmo: “aí filho, você já tem 16 anos, cuida da sua alimentação, porque eu tenho tanta coisa para me preocupar, que assim, não dá mais. A mesma coisa com a escola, no começo eu pagava professora particular, estava com dificuldade de se entregar para aprender, ele se auto sabota muito assim: ele enrolava a professora, não fazia a lição, a professora reclama, nossa, como aquilo era difícil. Aí chegou um dia eu falei pra ele, eu chamei os dois, ele e a professora e falei: “está insuportável, um reclama disso, o outro reclama daquilo e eu no meio e eu não posso fazer nada. “O Rafael tem 16 anos, eu não posso fazer nada, o Rafael vai fazer as escolhas dele, se quiser fazer a lição faz, se não quiser não faz, eu já te falei o que isso vai mudar na sua vida, mas se você não está afim, não segue, acabou”. Gente, eu tirei dois pesos, esse e o do almoço, eu ficava nervosa, brigava, agora eu já decidi que não vou mais ficar nervosa, sabe, sublimei.

Apresentadora 1: Você falou muito certo, é escolher as nossas batalhas diárias, por que senão a gente fica louca, mãe fica louca.

Apresentadora 2: Tem algumas coisas que são fundamentais, que você acha que é fundamental, é que você acha que dá conta e isso vai mudando com a idade também.

Cris Guterres: Se eu achasse que dava conta eu ia lutar por isso: “imagina, se eu falar ele vai comer direitinho”, essa coisa de: como o meu filho se comporta na casa dos outros. Eu recebi muito isso dos meus pais, meus pais tinham uma cobrança absurda, os talheres assim, comer assim, o orgulho do meu pai era eu ir na casa de alguém que alguém na volta falasse assim: “nossa, como a sua filha é educada”.

Apresentadora 1: Nossa, mas é gostoso, vai. Seu trampo como pai é dar as ferramentas para que a pessoa possa circular no mundo, para que ela possa ter escolhas, porque não ter essa educação diz que você tem mais mais portas fechadas, se o meu filho sabe pegar um talher, sabe como se porta na casa dos outros, ele pode escolher se portar mal e aí é a escolha de um indivíduo, mas o meu trampo é abrir as portas para ele, para que ele possa circular e mostrar o certo e o errado, não o certo eo errado, mas mostrar o caminho, eu falei: você pode mostrar os caminhos e a gente tem esse papel e eu acho, no meu ponto de vista, que você fez certinho, esse sentimento de culpa, o dia inteiro se cobrando de uma coisa que você não está conseguindo mudar, é pior do que você se preocupar em coisas que você consegue dar de melhor para o filho né.

Apresentadora 2: Tem uma questão que você estava falando de tela, que sempre foi uma preocupação grande para mim, é ser uma boa curadora, a partir do que Cris Bartis? Da norma ISO 9000? Eu sou mais do que a norma ISO, eu sou mãe, então eu tinha uma super preocupação de curadoria, vai assistir esse tipo de desenho, vai ouvir esse tipo de música, apropriada para a idade, vai ficar tanto tempo na tela e depois vai fazer o quê? Não sei, se vira, o seu trabalho é ser criança, o meu trabalho é ser mãe, lide com o ósseo, super difícil, mas vai para a segunda fase, isso um filho só, dava para a fazer, chega o segundo, o segundo com uma diferença de idade né, a tata hoje está com 12 e o Amós com 4,5, então são 8 anos de diferença. Eu consegui fazer a mesma coisa com o Amós? Claro que não, primeiro que já é outro mundo, segundo que eu sou outra mãe, terceiro que tem um indivíduo, tem um outro indivíduo nessa jogada, que se chama: irmã, então assim, a Tata pode coisas que o Amós não pode, mas assim, que fase o Amós está? Grudado na Tata, então assim, o Amós vai assistir o kdramas, porque kpop é o que a Tata gosta, então assim, eu não tive a oportunidade de executar uma curadoria para ele da forma que eu exerci para ela. E adiantou alguma coisa? A Tata gosta do que eu gosto? Não, porque ela é fruto do tempo dela, dos atravessamentos que não sou eu, então ontem eu estava conversando com ela, falando: “está tudo bem você querer aprender coreano, eu acho isso muito legal, mas eu não vou abrir mão do português nem a pau, você vai ter que fazer as duas coisas, está muito legal você gostar desse tipo de conteúdo, mas tem que dar uma variada, não dá para se alimentar de uma coisa só, porque aí você vai acreditar que só tem isso no mundo e tem muitos outros sabores, vamos dar uma variada, mas ontem conversando com ela, essa bigorna, que cai na sua cabeça, que já deveria ter caído, porque na verdade é o óbvio, só que o óbvio não existe, ele é materializado nesse tipo de situação que foi olhar para ela e entender que ela tem 12 anos e eu não tenho mais como gerenciar o que ela assiste ou não.

Cris Francine: E o que ela te respondeu?

Apresentadora 2: Ela compreendeu, eu vi pelo olhar dela, pela postura dela, que ela falou assim: faz sentido o que você está falando, se ela vai praticar, se ela vai dar conta, não sei, eu sei que essa conversa vai acontecer muitas outras vezes e a conversa mudou, não é mais olhando: pode assistir isso, não pode assistir isso, é eu conversando sobre o que ela está assistindo para ver como está batendo nela.

Cris Francine: Eu adorei o que você falou, essa conversa vai acontecer várias vezes e a mãe acha, aquele manual da boa mãe que quando nasce as crianças, eu vou falar uma vez para ela e ela vai entender, vai aprender.

Apresentadora 1: Como se fosse assim para a gente, como se as pessoas falassem uma vez pra gente e a gente aprendesse, como se a gente só errasse uma vez e não ficasse

ciclicamente cometendo os mesmos erros. A gente exige da criança mais do que a gente exige do adulto e se a criança se frustrar e fizer birra, a gente fala: cara isso é totalmente inadequado, mas adulto faz birra num nível, a criança não pode querer e exigir o que ela quer que ela é mimada, gente, o tanto de adulto que eu conheci fazendo isso. “Eu tenho que falar muitas vezes para ele fazer”, quantas vezes você fala para um adulto? Eu assisti uma palestra uma vez, que falava sobre isso, quando você se dirigir a uma criança, só reflita, você falaria assim com um adulto? Você cobraria dessa maneira de algum adulto?

Cris Guterres: E são umas coisas bestas, se fala: “você só vai levantar daí se comer tudo” um adulto se fala que não quer mais, ah, não come, se não gostou não come.

Apresentadora 2: Olha esse aqui, a Juliana, a cabeça dela está sempre pensando muito e é difícil para ela circular num espaço sem se machucar e aí ela derramou café, outro dia, em cima do computador, no computador novo e o que que eu fiz? “Amiga, vamos secar e tal, vira ele, vai dar tudo certo” se é um filho meu que faz isso eu teria surtado, mas era uma adulta né, eu sei que ela estava bem intencionada, sei que foi um lapso, foi um acidente e a gente ainda vai rir disso.

Cris Francine: Com a educação a gente tem que ter paciência de realmente repetir, repetir, repetir, porque eu acho que assim eles vão absorvendo. A Catarina eu falo com ela e ela logo responde. Essa coisa que você falou que a sua filha, ela já vinha dar uma resposta, questionava, ela era muito questionadora, já o meu filho Stefan, ele olha olha olha e fala: tá bom, ele não fala, ele responde para mim com ações que ele tem, mas as vezes ele não concorda e a gente discorda e eu falo: “ok Stefan, eu penso assim, mas você pode fazer o que você quiser” e ele reclama, mas quando eu vejo, ele longe de mim fala tudo que eu falo para ele.

Apresentadora 2: Eu estava falando isso outro dia com a Ju, em casa é o espaço em que eles podem ser, porque eles sabem que são amados, então ali eles vão testar, eles vão ser. “Eu posso ser eu, não preciso ser essa pessoa legal o tempo todo” e a minha mãe vai me amar, eu não preciso performar.

Cris Guterres: Teve uma vez que eu disse: “cara, chega, eu já te dei todas as provas de que eu quero que você seja meu filho, eu te amo, então chega, eu não vou ter psicológico para passar mais por isso.

Apresentadora 1: Mas eu acho que isso é novo para a gente, a sua mãe cerrava os dentes e aguentava tudo quieta, sozinha, porque ela achava que isso era o melhor jeito de te ajudar. Quando você vai para ele, o que teoricamente é uma quebra sua, você não se dê conta das expectativas, porque você herdou isso: a mãe que tem que ter as respostas, tem que chorar no cantinho, mas não na frente dele. Quando você quebra essa expectativa, quebra o manual,

você vira para ele e fala: “filho, eu não aguento mais, o que você quer?” Aí mesmo que ele não entenda, para mim, o que eu acho é que tem uma conexão.

Cris Guterres: Uma das coisas que aconteceu em casa, por exemplo, com o Rafael, ele não dava satisfação de onde estava, de que horas voltava e no começo eu comecei: “vamos entender que ele não está acostumado, e o Rafael já é adulto, se deixar ele sair hoje ele volta meio dia do dia seguinte e até atender o celular e até dar satisfação” e eu comecei a falar “cara, você me deixa com muita raiva, eu fico nervosa porque eu passo a noite em claro, fico preocupada, não sei se aconteceu alguma coisa e eu comecei a trazer como eu me sentia, mesmo” e ele na maior cara de pau, chegando às 10 da manhã: “bom dia, família, trouxe o pão” e eu comecei: “Rafael, assim não dá, você tem que ter respeito com a sua mãe” e tal, “não, mãe, é que eu esqueci” mas agora foi mudando aos poucos e ele já fala e eu comecei a colocar uns limites para ele também: “não pode sair sexta e voltar segunda, não! Na minha casa não!” “Ah mas eu avisei onde eu estava” “Não importa, na minha casa não se sai sexta e volta segunda, mesmo avisando onde estava” ou a gente coloca limites ou vai ficar difícil a nossa relação.

Cris Francine: E eu acho isso importante, nós como mães falarmos do nosso sentimento com eles, falou certo, antes as mães iam chorar num cantinho e eu já passei vários perrengues com eles, o Stefan uma vez foi para a casa de um amigo e não me avisou, eu fiz de louca e fui para lá e peguei ele, ai nunca mais ele fez.

Apresentadora 1: Sabe uma coisa que a minha mãe fazia e eu estreitei com meu filho: “você sabe que a sua mãe é louca então não me testa” “se eu for buscar você numa balada meio dia, eu estarei de pijama, vou parar o carro, não me faz descer do carro, porque se precisar eu vou descer do carro” “Teve semana passada um festinha de um amigo dele e a mãe dele ficou apavorada, porque a gente conhece as criança pequenas e eles estão nessa fase, eles são potrinhos selvagens, eles tem muita potência corporal e pouca noção e aí barbarizaram, brigadeiro jogado na porta, entupiram o banheiro e foi a primeira experiência que ela teve de uma criança não respeitar o adulto, ai o Benjamin viu todas as conversas que eu tive com ela, as conversas que eu tive contando para a Cris, contando para o meu marido e ele viu como isso bateu para os adultos e agora vai ter a festa dele que vai ser em casa, só com os meninos, ele falou: “mamãe, não se preocupa que eu só vou convidar os bonzinhos”, eu falei: “não tem problema, você pode chamar quem você quiser, mas avisa que a sua mãe é louca, vocês não testem ela, porque vocês não querem ver ela ficar louca, eu vou lugar para mãe, mas aí eles esperam na calçada” e pronto, tem que ter um pouco de medo.

Cris Francine: O Stefan não dobrava a roupa de jeito nenhum, era uma bagunça no quarto, eu abri a janela e joguei tudo pela janela e hoje em dia ele faz a mala dele e tá tudo dobradinho.

Apresentadora 1: Eu fico pensando isso, sabe? Eu acho que tem um pouco de tudo, tem eles amadurecendo, mas tem você alinhavando parâmetro, se não tem essa conversa nunca, talvez ele não estivesse dobrando. Eu acho que é um jogo de morde e assopra. Talvez a sua filha já dobre desde que nasceu e aí o outro faça de outra forma, por isso eu acho muito difícil ser mais de dois sendo uma mãe só, porque eles vão ter necessidades diferentes, precisam de coisas diferentes, mas é uma mãe só. Eu em casa tenho gelo e fogo e eles se complementam muito né e os dois como irmãos são uma dupla incrível, então óbvio que entre os meus sonhos e projeções é que eles vão ser super parceiros e amigos, porque eles realmente se complementam, o que sobra em um falta no outro e eu acho isso muito bonito e óbvio que eles têm muito conflito, justamente por isso. A Tata tem o jeito dela, ela vai ouvir, você nunca sabe se ela entendeu ou não, se ela vai fazer ou não, o meu filho verbaliza na hora, o que ele achou, se ele concordou. Aprender como cada um responde eu acho super difícil e a tendência é esperar a mesma coisa dos dois. Pô, eu trato vocês dois igual, porque vocês são diferentes? E são e vão ser e eu acho que esse Antimanual da maternidade, que a gente está conversando aqui, ele dá espaço para que você possa se tornar a mãe que você consegue ser, eu acho que tem sofrimentos quando você vai largando sonhos, mas eu ainda acho que o sofrimento de carregar todos eles ainda é maior do que o sofrimento de abandonar alguns deles, porque carregar tudo, tentar ser tudo, a partir do que a gente vê de exemplo, a partir dessa possibilidade nova de maternal, eu acho esmagadora. “Ah, estou sofrendo porque eu não consegui apresentar as coisas do jeito que eu queria para os meus filhos”, mas é isso aí mesmo, sofrer faz parte.

Apresentadora 2: Você não vai ser tudo que é possível, nem tudo que você deseja, nem seguir tudo que é essencial para você e inclusive, coisas essenciais a gente vai deixando pelo caminho.

Apresentadora 1: Garotas, foi um prazer recebê-las, foi uma delícia conversar com vocês, sejam sempre muito bem vindas aos mamilos.

Cris Guterres: Meninas, quero agradecer, fiquei muito feliz de vir aqui conversar, ainda mais conversar com vocês sobre esse assunto de maternidade que é algo muito importante e poder trazer um outro recorte, para que as pessoas entendam também. A gente tem várias possibilidades, o ser mãe eu aprendi muito..., algumas mulheres estão disponíveis, outras não, a gente só não pode colocar que isso é do instinto feminino, porque isso não é do instinto feminino. A gente pare, mas parir é uma coisa, ser mãe é outra completamente diferente e que

a gente consiga ser mães cada vez mais leves, mas que a sociedade permita que a gente seja também, a sociedade não é também só por causa dos olhares, mas que a gente tenha políticas públicas também, sustentar as mães, que são essa maioria de mulheres que tem na nossa sociedade, que vivem completamente à margem daquilo que a gente discutiu aqui hoje, porque até discutir e refletir sobre essa conversa que a gente trouxe aqui é um privilégio para poucas mulheres, a maioria delas essa conversa não chega e muitas vezes a gente não sai da nossa bolha, não vai além, eu consigo ir um pouco mas não vou muito e eu acho que isso é muito importante, que a gente aumente esse acesso a essas conversas, que são transformadoras, como mães, mas como mulheres

Podcast 2: O que ninguém nos contou sobre a maternidade, com Kelly Matos
(Podcast: Revolução Materna)

P1: E a minha convidada do episódio de hoje é Kelly Matos, a mãe do Gabriel, jornalista e apresentadora da rádio Gaúcha, na RBS desde 2006, atuou como correspondente em Brasília para Rádio Gaúcha e Jornal Zero Hora. Foi repórter do jornal Folha de São Paulo na capital federal. Na Gaúcha apresenta os programas Timeline e Gaúcha Mais. É colunista de zero hora, no espaço direto da redação e também assina o espaço Papo de Mamãe, dividindo histórias sobre a maternidade ZH. Foi a primeira mulher a participar da bancada do programa da Sala de Redação. Em 2024, foi eleita a comunicadora de Rádio mais lembrada e também a mais amada do Rio Grande do Sul na pesquisa Top of Mind do grupo amanhã. Kelly querida, seja muito bem vinda ao *Podcast Revolução Materna*. Que prazer te receber aqui.

P2: Oi Arieli, e oi para os teus ouvintes, para as tuas ouvintes. Eu estou muito feliz e muito honrada com esse convite. Quero dizer que, da sua locução e da forma como tu te comunica, eu vou te trazer pra rádio né, porque já trouxe ali um tom maravilhoso de ancoragem do *podcast*. Brincadeiras a parte, é muito legal quando a gente tem um espaço tão importante para discutir e falar sobre temas que nos tocam, a todos nós, a gente passa pela nossa rotina, pela nossa vida, pela nossa angústia, pela nossa jornada pessoal e profissional, os temas da maternidade, é algo em que eu estou orgulhada desde o nascimento do meu filho, Gabriel, em fevereiro de 2023. é algo que nos conecta né Ariel, porque a despeito da gente ter se conhecido e se tornado mais frequente pela enchente, pelo o que a gente aprendeu com a enchente de maio do Rio Grande do Sul, a gente se conectou também ou principalmente pela maternidade. Então,

eu realmente estou muito, muito feliz e honrada de estar aqui. Eu acho que a gente vai ter muitos episódios ainda para fazer, nem começamos e já quero mais.

P1: Vamos! Eu também já quero mais. Então, eu que é o privilégio é meu. E a minha ousadia de querer conversar, que não é uma entrevista, é um bate - papo, de puxar esse papo contigo com essa jornalista tão competente, tão potente. Então, muito obrigada. E eu já quero mais também, porque eu pedi pra Kelly, Kelly, ou que te pulsa na a falar sobre a maternidade. E aí veio um cardápio aqui. Aí eu falei, ta, então, assim, então a gente vai ter que ter um episódio para cada pauta dessas. E ela disse, não, tu escolhe. Então, acho que a gente elencou algumas aqui, que eu acho que não tem como falar sem que elas se atravessem. Como, por exemplo, quem cuida da mãe, sobrecarga mental da mãe e essa questão entre maternidade e carreira, eu acho que a gente vai deixar o papo fluir, vamo ver para que caminhos vai, mas eu entendo que são pautas que não tem como se colocar em caixinhas, porque uma leva a outra nessa jornada da maternidade, né Kelly?

P2: É eu desde fevereiro de 2023, quando meu filho nasceu, eu me deparo a cada nova fase, que o meu filho me apresenta, da fase de recém-nascido, da fase de dificuldades de amamentação, da fase que me parece eterna de privação de sono, da fase de todas as fases que eu experimento, em cada vez, a cada vez que eu iniciei uma nova fase eu me pergunto: meu deus como é que eu nunca tinha parado pra pensar sobre isso? O que me faz também pensar de que como seria melhor se nós não precisássemos passar pelas experiências para ter empatia com as pessoas que passam por aquilo. Veja como é a experiência humana né, a gente precisa passar por algo, para então, se dar conta de que alguém tem que olhar pra isso. Eu vou dar um exemplo, as calçadas né, a dificuldade de truncada, não tem ali a rampinha da calçada para a rua, quando é que eu me dou conta disso? quando eu ando com o carrinho de bebê, quando meu filho nasceu eu começo a tentar andar com o carrinho, e vai dando solavanco e aquela confusão, e aí ele não passa, e aí tem uma escada, daí eu não consigo, mas uma pessoa que tem deficiência, ela passa por isso todos os dias. Então, quer dizer, eu só no momento que eu experimento a dificuldade é que eu me torno empática nesse aspecto. Esse é um exemplo, mas eu poderia dar o exemplo da privação de sono, né? Eu tenho 37 anos e até eu completar os meus 36, ali quando meu filho nasce, 35,36, eu jamais tinha refletido como as mulheres fazem reuniões, apresentam programas de rádio, fazem consultas com seus pacientes, tendo dormido talvez nem uma hora seguida, como aconteceu comigo na fase mais difícil ali do sono, tinha vezes que eu não emendava uma hora, ele acordava, colocava no berço, acordava de novo, e assim não tinha uma hora seguida de sono. Eu disse, meu Deus, como é que as mulheres são presidentes, governadores, juízes, tendo talvez não dormido nada. Como é que o mundo segue sem discutir isso? Que não há uma

previsão legal ou um entendimento profissional de um, não sei que tipo de anestesia, digamos assim, uma mulher que não dormiu a noite. Os homens também, mas mais as mulheres, porque no caso, eu estou falando tudo com base na minha experiência, do que eu vivi, porque eu amamentava e amamentação ainda de madrugada. Então tem noites que são bem difíceis, e aí o dia seguinte, eu apresentadora de rádio, eu faço o programa ao vivo, eu tenho que acertar o nome do prefeito, do governador, do ministro, e assim, e sociedade me exige performance igual. Não há qualquer margem para erro, o tempo inteiro produtividade. Eu falo com o Piancher sobre isso, de que ele bate muito na ideia de que não entra no cálculo do PIB quantas horas uma mãe amamentou, quantas horas aquela mãe ficou acordada de madrugada, a mãe, o pai também, quantas horas ele ficou com a mãe dele na quimioterapia, na sessão de quimioterapia. Ninguém tá economicamente falando do ponto de vista de produtividade para a empresa, para a indústria, para aquilo que você é dedicado na sua atividade profissional. Não atoa, muitas mães trocam de carreira, mudam a sua atividade depois, porque é incompatível com essa lógica produtiva que vem ainda do modelo Ford, não é compatível, não é compatível. Então, eu tenho um amigo que sempre diz que se o Congresso Nacional fosse majoritariamente feminino ia ter uma creche ali, porque onde é que estão os filhos daqueles homens todos, estão sendo cuidados por mulheres, seja uma mãe ou seja alguém que cuida uma babá, claro, se fosse majoritariamente feminino não ia ter nada depois das 18 porque tem que buscar criança no colégio. São provocações que eu estou fazendo aqui, de forma assim bem genérica, claro, eu sei que tem exceção, claro que nem todo lugar é assim, eu sei disso, eu estou fazendo um cozidão digamos assim, mas para coisas, questões que eu passei a questionar depois, e repito aquilo que eu disse, que bom seria se eu tivesse prestado atenção antes. Então, hoje eu me sinto culpada, a culpa e a mãe é uma coisa impressionante, eu fico assim, pelo o que eu não fui compreensiva antes, eu digo quantas mães tinham feito reunião comigo, ou reunião, ou tinham, sei lá, sido entrevistadas por mim, ou tinha sido abordadas por mim, depois de uma noite sem ter dormido, e eu jamais percebi, 35 ou 36 anos, e eu sou uma mulher feminista preocupada com questões de gênero, que dirá, que jamais passou discutiu essas questões. Isso é algo que me toca profundamente assim, eu fico, toda vez que eu vejo uma mulher, principalmente uma mãe de recém nascido, eu dou um abraço forte e falo “eu sei o que tu tá passando”, dói, eu sei, também temos a exceção das mães que né, a crianças nasce, passa uma aura, um manto, e mãe se apaixona pelo filho na hora, não foi o meu caso, eu demorei para criar o vínculo com o meu filho, para ter uma relação de amor e de veneração que eu tenho hoje, não foi imediato pra mim, pra mim no começo foi muito difícil, eu fiquei mal, e é até um tabu falar sobre isso, toda vez que eu vejo uma mulher falar sobre isso, eu vou lá e endosso o que ela está dizendo, eu abraço, eu digo, “olha eu

também, comigo também foi assim”, para que a gente não seja mais julgada por dizer isso, então não foi quando a criança nasceu, e eu tive um parto normal, foi sabe, o bingo, o check da mãe perfeita eu fiz todo sabe, aula de fisioterapia, pélvica, todos aqueles pilates, danças e coisas, eu fiz tudo, eu tive um parto normal, eu amamentei, a duras penas, amamentei, amamento, é o bingo da mãe perfeita, fiz aqui, olha, check check check, só que aí eu fiz tudo isso e não vinha, eu olhava pra criança, da criança só chorava, meu filho só chorava, eu entrega tudo de mim, tudo o que eu tinha de esforço, tudo que eu sabia, tudo que eu tinha lido, manuais, e a criança devolvia choro, cocô e sabe, tudo, tudo foi um processo, eu me disse, meu Deus, o que é que eu to fazendo de errado? Eu me lembro de mandar mensagem pra minha pediatra, pra nossa pediatra, que é a doutora Antônia maravilhosa, eu falava “tem alguma coisa errada”, eu disse, o que eu compro, olha a lógica né, preciso comprar alguma coisa, vou entrar na amazon agora, e ela assim “a gente tem que alinhar expectativas e realidade, o que você achou que era ter um filho?”, eu achei que era igual na propagando de fralda

P1: E é o que nos vendem né, essa romantização tão cruel, irreal e tóxica da maternidade. Quando nascer a gente vai sentir ali automaticamente o maior amor do mundo naquela explosão de sentimentos. Sabe Kelly, eu também fechei o checklist, parto normal, nove horas de trabalho de parto, tudo, né? E quando o meu filho nasceu, eu não chorei, eu não chorei. E aí passou o primeiro dia e eu não chorei, e eu comecei a me culpar, porque eu não tinha chorado de emoção, que mãe eu que não chorava de emoção quando a filha tinha nascido, eu comecei eu tenho que chorar, eu preciso chorar, porque se não que mãe terrível que sou eu, que já de cara já to fazendo tudo errado.

P2: Exatamente isso, a gente acha, porque os padrões são irreais, exatamente como tu descreveu, como tu analisou. Eu lembro muito, eu cito isso, eu assistia daí, daquele pavor, tá fora da casa, eu fiquei completamente fora da casa, o inicio pra mim foi tenebroso, eu tenho trauma, minha mãe fala isso, a Arieli especialista em trauma talvez me julgue agora, eu tenho trauma até hoje. Mas aí eu me lembro que em dado momento, tava a tv ligada lá em casa e tava passando essas novelas de tarde, acho que não sei se chama vale a pena ver de novo ainda e tal, e a novela era rei do gado. Aí a cena Arieli era a seguinte, Patricia Pillar lindíssima, ela era uma sem terra né? até a gente poderia analisar sob outra ótica agora né? Mas a representatividade, enfim, não é sobre isso. A Patrícia Pillar, ela pega o nenê, calmo, o nenê numa tranquilidade, fofo, ela linda, toda linda, que é, o nenê uma fofura. E aí o Antônio Fagundes entra no quarto e fala, você fica mais linda ainda mãe, e ela sorri de volta. Cara, mais linda mãe, eu estava acabada, com aquele coque, com uma olheira funda, você ainda fica mais linda. E aí os dois juntos pegam o nenê, que está no pavê do colosso, ele está ali que não chora, botam o bebe no

berço, e bebe fica sem chorar. É tudo mentira nessa cena, porque a mãe tá toda cagada no início, o bebe não fica no colo como alguém sentado, o bebe a gente tem que ficar andando pra lá e pra cá, porque ele quer o movimento, porque ele está acostumado com a barriga, que a gente se movimenta e tal. Não tá chorando, não tá mamando, e pai entra, e os dois pegam e botam no berço que. Eles dormem no colinho a gente fica toda torta, algumas mãe até levam pra cama, e eu julgo zero, eu também teria levado mas o meu não se adaptou. E as mães levam porque ele quer ficar perto, cheiro, aquela coisa. Então, olha o desserviço que esta cena presta, poderia ser outras né? A propaganda de fralda, em que bota a criança ali no berço, ela passa um sorrisinho e tal, eu falo gente isso é irreal. Aí o que gera na gente é uma frustração, porque a gente tem uma ideia de que a mãe é aquilo ali, ou que é como tudo disse né, a mãe que se emociona, que chora, que lindo, que tal, e você não é aquilo ali. Eu sei que a maternidade é diversa, eu tive amigas que me disseram que quando nasceu foi uma explosão, eu me apaixonei, eu falo gente pra mim não foi, e eu não to errado por isso né? Por isso que toda vez agora, fim de semana eu fui em um aniversário aí tinha uma mãe com um bebe de 40 dias, eu olhei pra ela, eu falei eu sei o que tu tá passando, eu falei, é uma merda, começa uma merda, tá tudo bem. E ela aí obrigada por me dizer. E a gente tem um pensamento, que eu não sei se tu teve Arieli, e eu tinha, que era o que eu fiz com minha vida meu Deus. Porque também são muitos hormônios, sei disso, mas porque como a gente não vê o todo, afinal a gente nunca passou por aquela experiência, a gente acha que aquele redemoinho, aquele furacão que tá ali é o que vai ser para o resto da vida. Só que as coisas vão mudando né? primeiro

P1: É um mantra, vai passar

P2: Vai passar e é fase. São dois mantras que são muitos reais né? passa e a gente cresce, tal como no luto, a gente cresce ao redor daquilo. E quando, é que a gente passa de fase, quando a gente cresceu já, a partir daquele evento né? traumático, daquela coisa que nos impactou, e a gente cresce, e aí a gente vai para o próximo, para o próximo desafio. Então, eu não tendo a dimensão do todo, não vendo de cima né? vendo do raso, de onde eu tô, do mesmo horizonte, do mesmo plano, eu pensei: nunca mais eu vou dormir, nunca mais eu vou sair desse combo, coco, arrotos, não sei o que que era aquele início. Eu tinha uma coisa de que eu, eu sempre dormi que nem uma pedra, assim né? podia ter uma retroescavadeira do lado. Aí com a maternidade, alguma coisa na audição mudou, agora eu ouço qualquer barulho, um alfinete. E aí no começo, eu não podia ouvir nenhum barulho. Então eu não dormia, porque eu ouvia tipo uma gota d'água caindo na cozinha, eu falei opa parece que sabe cachorro? Aí eu ouvia tipo uma pluma caindo e eu meu Deus isso não é o Gabi, isso aqui é outra coisa. Até eu ajustar isso tudo, assim, foi um processo. Hoje, já tem dias que eu durmo a noite inteira, o que pra mim é

uma grande, eu comecei a puxar a kelyzinha lá de trás, de nascimento do Gabi, um ano e cinco meses atrás, eu queria que ele tivesse essa consciência. Eu queria que alguém tivesse dito para ela, assim, calma, talvez seja preciso passar por isso um tempo e depois ai ser outro desafio, outro desafio e outro desafio

P1: E por isso a importância de a gente nomear isso e dizer o que ninguém nos conta. Eu tenho uma amiga, uma das minhas melhores amigas, que ela ficou grávida, depois que a Maitê já tinha nascido, e ela veio um dia me perguntar: e aí como é? aí eu falei olha só senta aí que eu vou te contar o que ninguém te conta. E eu dei a real a partir da minha experiência e do que, porque é muito bom com isso, porque eu tenho consultório há quase 20 anos e a minha clínica foi sempre muito composta por mulheres, eu só fui me dar conta disso, oficializar isso depois da maternidade. Mas sempre as mulheres espontaneamente me procuraram, e eu sempre estudei muito, mas quanto o meu fazer mudou completamente depois de eu ser mãe. Que eu fico pensando, gente, o que eu fazia com aquelas pacientes de antes de 2015, me desculpem, qualquer coisa, por causa das coisas que eu fiz por essas mulheres. Porque mudou, é uma outra perspectiva, a gente ouve muito né que maternidade é trocar pneu com carro andando, eu gosto de pensar que é trocar pneu com carro andando, descendo a ladeira, tocando calypso e chovendo . Porque, então, eu acho que o quanto, que como de fato, eu só tive a Maite e eu vou só ter a Maite, não tenho planos de ter outro filho. Então a gente só consegue olhar a partir daquela perspectiva que a gente está. E o que nos contam de fora é completamente irreal e distorcido, e aí nos dá esse sentimento de inadequação, eu devo ser a única mãe terrível a sentir isso, por que as outras estão plenas, quem sente isso sou eu, a mãe maluca, a mãe inadequada, a má mãe sou eu, quem tá fazendo tudo errado sou eu. Porque ninguém faz, porque o que me dizem é diferente, então eu sou a única e a gente segue nesse pacto de silenciamento pelo medo de ser julgado, o que vão pensar de mim se eu disser o que eu to vivendo ou sentindo isso, e a gente precisa começar a romper esses ciclos. Que é nomeando, que é contando aquilo que ninguém contou para mim, que eu descobri, mas que eu faço questão e eu acho que o *podcast* se presta muito a isso, Eu amo nomear, na abertura da vinheta, nomear o que não pode mais ser silenciado.

P2: É o letramento que tu fala né Arieli, um letramento que eu aprendi contigo, é um letramento emocional materno que a gente tem que ter, de que emoções elas existirão e nós não somos mais ou menos mães por causa disso, ou más mães por causa disso. Eu lembro que como eu tenho a facilidade da comunicação porque é a minha atividade profissional e porque é algo que eu gosto também, então eu comecei a escrever sobre, e comecei a postar e tal. E aí eu tive dois tipos de leitura, pessoas que diziam para de reclamar, tu pediu tanto, porque eu perdi duas

vezes, eu tive duas gestações que eu perdi bem no comecinho, então eu estava muito ansiosa por ser mãe, porque eu não consegui. Então quando eu consegui foi muito comemorado, muito celebrado, todo mundo acompanhou, eu sou uma pessoa pública então as pessoas vibraram. E daí falaram, agora tu só reclama, aquele julgamento e critica, tu só reclama, para de reclamar, é assim, no meu tempo a gente fazia isso e não reclamava, que é sempre a ideia de que a gente tem que estar naquela língua perfeita. Mas ao mesmo tempo eu recebi e muito, majoritariamente, o sentimento de mães que diziam muito obrigada por falar isso. Ou como a mãe, de uma mãe me disse em um restaurante, ela falou assim, a minha filha tava desesperada e eu falei pra ela: vai lá os posts da Kelly Matos, vê o que ela tá falando, é a Kelly falando, olha só como tu não é a única. E aquilo assim, outras mães, uma mãe que é médica e que me chamou e falou assim, meu Deus, tu ta prestando um serviço para nós que acabamos de aterrissar na maternidade, porque a gente fica tão fragilizada do ponto de vista emocional, porque é muita coisa nova, que isso é mais uma coisa que esse padrão irreal nos impõe, que é de ser a imaculada, aquela imagem de Nossa Senhora, eu falo muito, eu falo cara, nem Nossa Senhora aguentou, a coitada tava lá tendo que ir na prima isabel limpando e não sei o que, ela passou também perrengue pra caramba. Então assim não tem, todo mundo passou perrengue, ele botou o nenê, toda mãe nesse começo, nesse início, é um perrengão. Quando eu vejo, eu peguei ranço até, vou falar aqui, mas todo respeito a quem fala, mas até dessas fotos mais angelicais, de todo mundo faz ensaio, eu fiz também ensaio assim, mas aqueles ensaios todos bonitinhos e tal, porque eu falei não é isso cara. A Claudia Raia linda maravilhosa, eu sigo, amo ela, já vi até no programa comigo, mas ela estava lá pleníssima, cabelo escovado, dando entrevista no fantástico, eu tava toda cagada, quer dizer, quando eu conseguia fazer cocô já era um milagre, cara se eu tomei banho, lavei o cabelo e fiz cocô é bingo. É assim, real, não tinha como, era uma loucura. Aí eu falava isso, é um desserviço, porque a mãe no início ela ta virada em olheira, é aquele coque assim.

P1: Coque permanente, e não é um estilo, é sujeira mesmo

P2: É porque não tem, a criança te vomita toda, dai teu cabelo fica ali naquela cor, eu cheguei mal, eu falei nunca mais vou conseguir usar perfume, porque a criança não pode com o cheiro, tudo eu pensava assim, eu acabei com a minha vida, nunca mais eu vi netflix, eu pensava várias loucuras, eu entrei em uma noia assim, cara porque a criança, desculpa se alguém não é mãe e está ouvindo aqui, no começo, ela não dorme, ela não sabe a diferença de dia e noite, ela não sabe que oito horas da noite é oito horas da noite, que dez da noite é dez da noite, e a gente vai ensinando pra ela. Então tipo, quando a gente começa a desligar a luz da casa, dez da noite, vamo todo mundo dormir, e a criança tá lá tipo achando que legal é três da tarde porque

ela não diferencia, ela não tem relógio. Então, quando começava, eu sempre dormi cedo Arieli, quando chegava perto ali de oito, nove da noite, começava a me dar um desespero, máster, eu falei meu Deus, nunca mais, o que que eu vou fazer agora? e Gabriel, ele chorava, a partir das sete ele só berrava. Então, ele ficava, a minha mãe foi lá pra casa, então ficava de, revezando colo, era o meu colo, ele só queria colo, ficar no colo balançando, era eu, o Gabar meu marido, minha mãe e nós ia revezando até não poder mais, e eu em surto, eu falava meu Deus, nunca mais, acabei com a minha vida, eu olhava pra minha cachorra, pra nina, e eu falava filha a mamãe não sabia que a casa ia virar esse caos. E no fim das contas, assim, o que eu queria que alguém tivesse me dito né, fazendo a junção com que tu disse, eu queria que alguém tivesse me dito cara é difícil, o começo é muito difícil, o começo é muito difícil

P1: Porque a gente parte desse pressuposto tão idealizado né, e distorcido, de que a gente tá recebendo ali um ser humano que não tá nem entendendo o que tá acontecendo, que ele já saiu da barriga né, aí a gente tá ali conhecendo, se conhecendo, se reconhecendo, e a gente acha que isso vai acontecer magicamente, é uma relação, como qualquer outra relação, que a gente precisa se conhecer, entender o ritmo do outro, o jeito que o outro se comunica, e um outro, nesse caso que não sabe se comunicar ainda, então a gente usa isso pra todas as relações e para relação mais importante, mais intensa, a gente parte desse lugar que já tem que saber como que faz. Amor é uma construção, vínculo é construção, não nos é dado, a gente precisa construir. A Maitê teve uma vez, ela devia ter uns cinco anos, hoje ela está com oito, ela tava ali de quatro pra cinco, ela me perguntou mamãe tu aprendeu a ser mãe na faculdade, igual você aprendeu a ser psicóloga, do jeito que ela sabia dizer psicóloga na época, e aí eu olhei pra ela e falei, em que momento ela pergunta isso, quando eu fui pro banheiro, que ainda era uma fase que ela tava muito atrás de mim, assim, e aí tava no banheiro, e a criança entrava atrás do banheiro, queria ler no banheiro, queria conversar no banheiro, enfim, aí entrou no banheiro e veio ela atrás e me fez essa pergunta. E aí eu olhei pra ela e falei não minha filha, quem me ensina a ser mãe é tu, eu aprendo a ser mãe contigo, todos os dias, e ela achou aquilo o máximo, ela falou verdade sou que te ensino? e eu falei sim, é tu que me ensina. Porque isso é uma construção constante, e a cada fase, quando a gente acha que tá tudo dominado, muda a fase.

P2: Total, quando a gente fala agora eu entendi, no começo eu tinha essa ideia Arieli, que era, eu achava primeiro que eu sempre ia comprar uma solução na amazon, sempre achei assim, ah tá hoje vazou a fralda aí eu vou comprar uma coisa na amazon, poderia ser qualquer outro mercado digital, mas aí eu vou comprar uma super fralda na amazon, que daí eu comprei, que obviamente vazou de novo, porque vazava, porque sei lá o que, porque os xixis vazam, e daí eu vou comprar não sei o que, aí agora é frio, então eu vou comprar uma super não sei o

que na amazon, vou comprar uma luminária, esses dias uma amiga minha falou lembra daquela fase em que a gente achava que a gente sempre tinha uma super solução, agora eu descobri a solução para esse problema. Aí ela dormiu a noite inteira foi porque eu deixei uma flecha de luz, ela de flecha de luz, aí na noite seguinte tu fazia, dava tudo errado. Eu me lembro de uma entrevista que eu dei logo que o Gabi nasceu, daí queria saber como que tava, eu falei cara, é assim ó, é como tu chegar em uma prova de vestibular e tu marcou a opção prova de inglês, e aí tu chega é teste de mandarim, mas eu pedi inglês, é mas é mandarim ta? e como é que eu respondo? não sei, te vira. É nada, nem um dia é igual o outro, não existe uma correlação de causas, eu fiz isso então ele não vai chorar, não, mas isso repete toda a cartilha do que é a cartilha perfeita, e chora e faz cocô, e na hora de sair, é cocô até o pescoço. É uma sequência de eventos assim, de não ter controle, uma relação causa e efeito, e em especial pra quem é mais controlador, como eu, da rigidez, é uma quebra total, eu gosto muito desse tempo que falou da revolução, porque eu uso ele também, eu falo, é revolução Gabriel, é revolução, é um aspecto mesmo de destruir as estruturas e modificar tudo, e nós vamos passar de novo, e com base em coisas que a gente já sabia, mas a gente vai criando novas formas de a casa funcionar, de o sono funcionar, de o profissional funcionar, com aquele novo ser e com tudo de novo que ele traz. É um aprendizado, tu usou o exemplo da tua filha, é constante. A gente vai todos os dias dando uma melhoradinha, e às vezes é um passo pra frente e dois pra trás né. Fui bem aqui, arrasei, arrasei, isso aqui, agora não vai vazar xixi, aí começa outra coisa, começa a introdução alimentar, aí a comida pela casa inteira, a volta ao trabalho, eu tive momentos assim, tem alguns que são mais pra mim, mais fortes emocionalmente, que é o puerpério, pra mim eu acho que durou um ano, foi muito difícil.

P1: O meu durou dois anos, até porque quem definiu que o puerpério dura 43 dias só pode ter sido um homem

P2: Com certeza

P1: E assim, acho que é importante essa diferenciação entre esse puerpério fisiológico e esse puerpério psicológico e emocional

P2: Concordo plenamente, é diferente

P1: O meu durou dois anos

P2: Eu calculo um ano assim, porque era um período em que eu não entendia o bebe como uma parte apartada, uma redundância, um pleonasma, mas como algo apartado de mim. Eu achava que nós éramos a mesma coisa, então eu tinha muita dificuldade em deixá-lo longe de mim, como ainda tem mas menos. Então, eu tinha dificuldade de como é que ele vai ficar oito horas longe de mim, eu não conseguia tornar isso compreensível, factível. Eu terminava o

programa que eu faço a tarde aqui na rádio Gaúcha, que termina quatro e meia, e eu saia assim quatro e vinte e nove e trinta segundos, eu já estava voando, porque qualquer segundo que eu ficasse a mais eu pensava que aquilo ali era um, depois eu me dei conta, depois quando eu fui enxergando a medida em que eu fui, foram passando os meses, e eu sempre fiz terapia com psicólogo, eu fui para a psiquiatra, porque eu tava com dificuldade real, oficial de entender este apartamento de dois seres, sermos dois. Daí ela falou pra mim assim, a doutora Ana, tu sabe que já deu bom né? Ele já está com 10 meses, já deu bom, tu ja fez bem, ele mama no peito ainda, mas se achar que não precisa mais ta tudo bem também, ele consegue ficar longe de ti, aí eu disse, não, ele não consegue ficar longe de mim, ele consegue? eu não. Pra mim, eu lembro que eu cogitei comprar um carro pra não perder 30 segundos, hoje isso é diferente pra mim, mas foi muito, muito difícil, esse processo, tanto que eu tava listando né, o puerpério pra mim foi muito difícil, a amamentação, eu queria que todas as mães de recém nascido soubessem que amamentar não é lindo, é muito difícil. Eu sou a favor, eu amamento meu filho, hoje um ano e cinco meses, meu filho, um ano, prestes quase a completar um ano e meio, meu filho continua amamento no peito, eu sou completamente defensora, a favor, embaixador, mas amamentar não é lindo, é difícil, dói, exige um prepara físico e emocional. Físico mesmo, fisiológico, porque é sono, tá quase babando de sono, e tu dorme, tu quer te levantar, quer fazer xixi, tu não consegue, é uma confusão, é difícil pra caramba. Vou botando aqui na coisa, voltar ao trabalho pra mim foi traumático, foi uma loucura, porque eu tinha essa dificuldade de nos entender separado. Enfim, são tantas coisas que pra mim eu queria pegar na mão das pessoas e dizer tá tudo bem não estar tudo bem. Sabe, tá tudo bem. Eu te abraço, eu te acolho, te explico. Uma outra coisa Arieli que eu acho muito cruel, em que a escritora Rafaela Carvalho, ela tem um texto que fala que a comparação é o ladrão da felicidade, é essa comparação de ah mas o meu filho, o teu filho tem seis meses, o meu já com seis meses ele engatinhava, o meu filho Gabriel nunca engatinhou, nunca, nunca. Tu imagina o desespero, eu achei que ele tinha tudo que é possível de síndrome, de atraso, de neuro, de tudo. Ele nunca engatinhou, ele começou a andar com um anos e dois, mais ou menos, um e ano e três, e aí eu segui setenta e dois perfis, eu fui tirando todos porque era tóxico pra mim sabe, ah se seu filho não fez isso cuidado, se o seu filho não fez aquilo cuidado. E aí eu fui ficando assim, bitolada, completamente, porque isso, ah a minha filha não sei o que, o Gabriel também demorou pra comer, é essas comparações

P1: Especialmente em tempos de redes sociais, essa crueldade que é comparar o nosso bastidor com o palco do outro

P2: Isso

P1: Onde o que o outro posta é um recorte, uma cena do dia, cheia de filtro, e que aquela pessoa escolheu pra postar, e aí a gente fica usando aquilo como balizador do nosso bastidor, dos nossos bastidores. Isso é cruel, isso é enlouquecedor. É orientação para muitas pacientes, para de seguir, só para de seguir alguns perfis. Porque as informações, eu entendo, que ela precisa estar a serviço do poder de escolha da liberdade, e não de ser mais uma ferramenta de opressão. E eu vejo muito isso acontecer na maternidade, eu trabalho vinte anos com teoria do apego, e agora há pouco tempo se redescobriu aí, e está se fazendo uma grande confusão da criação com o apego. E aí eu vejo uma divulgação do checklist da mãe perfeita. Do que tem que fazer para ter vínculo seguro, para não traumatizar. E aí eu vejo, eu recebo mulheres no consultório, completamente desorganizadas, porque não fizeram o check list, e já tão ali se cobrando e se culpando de que vão criar uma ferida emocional no filho, que aquilo é uma sentença, de que vão traumatizar, de que aquilo vai interferir no vínculo deles. Gente, então a informação, ela começa a ficar a serviço de ser mais uma ferramenta de opressão e de culpa. Ela precisa estar a nosso favor para que a gente tenha justamente a liberdade de escolher. E quando a gente tá falando de vínculo e desenvolvimento, nada é uma sentença. Porque são muitos os fatores. Eu voltei pro consultório quando a Maitê tinha um mês, eu morava perto do consultório, então eu ia, atendia um paciente e voltava pra casa, porque eu consegui fazer isso. Mas eu sentia saudade, ela dormia e eu tinha saudade dela. Teve uma vez que eu acordei o meu marido de noite, eu falei, o que que houve, tu não tá com saudade dela, mas vai dormir mulher, vai dormir.

P2: Eu falo isso todos os dias de manhã pro meu filho quando eu pego ele, hoje ele acordou umas sete e pouco, peguei e falei a mamãe tava com uma saudade de ti. Eu falo isso todos os dias de manhã quando eu pego ele de manhã, eu falo ai que saudade que a mamãe está, onde é que você tava esse tempo todo. é muito louco né a maternidade

P1: E que isso é muito biológico, essa coisa do instinto né? Da mãe com sua cria, que a gente tem mesmo esse período da fusão emocional, que a gente se vê como um ser só, e que realmente o bebe ainda não consegue se enxergar separado da gente, né? E o quanto que isso também é uma construção de confiança, da gente confiar, que a gente dá conta e também confiar que nossos filhos dão conta né?

P2: Isso. Esse é o ponto né? De saber que eles conseguirão, que eles vão, apesar da gente como a gente brinca né? Eu não enxergava isso no início né, eu confesso assim, eu acho, e um processo também que foi difícil pra mim, que eu tirava leite do trabalho, então eu tirava uma, duas, três, quatro vezes pra conseguir dar conta, até que não dava mais conta da quantidade de vezes que ele mamava na escola, longe de mim, ele foi pra creche desde pequenininho. E aí

não tava sendo o suficiente, então eu me sentia culpada por não produzir os dois. Ele mamava muito, ele não conseguia comer ainda, não tinha ainda bem feita a introdução alimentar, bem desenvolvida, então ele mamava muito. E aí era nem que eu tivesse uma vaca eu daria conta, nem que eu fosse a própria vaca eu daria conta sabe. Eu tirava, tirava e tirava e eu fazia um programa e tirava, daí eu ia fazer outro programa e tirava. Era um coisa assim, que aquilo foi me fazendo mal, mal, mal eu acho que o momento que eu consegui também, porque daí ele avançou na introdução alimentar, daí a gente não foi mais necessário, ele mamava quando tava comigo, fazer essa coisa do leite de tirar tirar tirar, eu também consegui colocar assim esse tempo que ta, agora sou eu, agora eu vou olhar pra mim, agora eu vou fazer as coisas, agora eu vou estudar pro programa, tudo isso foi me, digamos assim, me fazendo reconectar com a Kelly que também é mulher, profissional, etc. Mas até, sei lá, eu acho que até um ano dele eu não enxergava, zero isso, zero. Era tudo assim, o que eu to fazendo aqui? Por que eu voltei a trabalhar? Por que eu to fazendo o programa? Não tem nenhum sentido estar aqui, é que não faz nenhum, tudo isso. E aí eu me lembro que eu vi um *podcast* que a Ivete Sangalo, o primeiro filho dela, o Marcelo, ela falou que ela falou, eu vou parar de cantar, ela chegou para o marido ela e disse, não tem nenhum sentido, porque imagina, de noite ainda, ela sai de noite, fica um tempo fora, às vezes uma noite inteira pra fazer um show não sei onde, volta de manhã, quase de manhã, final da noite, ela falou pro marido dela deu, tá bom, tudo o que eu fiz até agora tá ótimo, ele falou, olha, eu não quero dizer nada, mas eu acho que isso é um processo, que vai passar e tal. E pra mim passou, mas tem gente que também muda tudo, muda carreira, muda

P1: Porque é uma reconstrução de significados, a maternidade, ela nos traz um processo de luto, a gente tá muito acostumada a pensar

P2: Eu acho isso

P1: A gente tá muito acostumada a pensar no luto para a morte, do fim da vida, só que a nossa vida toda ela é permeada de lutos, lutos do ciclo vital, lutos normativos, e a maternidade, ela nos traz um processo de luto, porque aquela mulher que a gente se reconhecia até então não existe mais

P2: Eu concordo plenamente, eu falei sobre isso

P1: E algumas questões que tinham um determinado significado, vão precisar passar por uma reconstrução de significados. Então a gente não é mais aquela que a gente se reconhecia e como a gente se via no mundo até então, uma questão de identidade, aquela que como eu vi, me reconhecia, não existe mais. Essa que tá aqui agora, eu também ainda não sei muito bem quem é. E aquela que eu quero vir a ser, não tá claro pra mim. E nesse meio de tudo, o que que faz sentido? É um processo de luto. É um processo de luto.

P2: Pra mim é exatamente isso, eu me lembro que na época fiz terapia, eu continuei a terapia, eu falei isso, a impressão que eu tenho é que eu morri. Ela ficou até assustada, falou calma, eu falei não, eu morri, porque o início, o turbilhão que foi o nascimento do Gabriel e tudo que aquilo foi me tirando, tipo assim, eu não dormia mais, eu não conseguia comer direito, eu não podia fazer nada, eu tinha dores ainda, do útero voltando ao normal, cólica, amamentação, o peito tava esfolado E eu fazia conexão com a Kelly de antes, que estava bem plena, vendo netflix até tarde eu falei cara, e eu ficava quero voltar naquela, ninguém me avisou que eu ia morrer, por que que não me disseram. Eu ficava assim, ninguém me avisou que eu ia morrer, sabe? Eu perguntava assim, o que que eu faria se eu soubesse que ia morrer? Qualquer um de nós, o que que a gente faria se soubesse que hoje é o último dia das nossas vidas? A gente comeria comida em cima da cama, coisa que a gente não faz, porque ah vou morrer mesmo, eu iria em um show de uma banda, eu faria o quê? Eu diria alguma coisa pra alguém, porque era essa a sensação que eu tinha, eu ia morrer e não sabia, e aí eu morri e eu queria voltar a ser de antes, só que não tinha mais como. E no momento em que eu aceitei, entre aspas nessa, eu morri, eu ta bem, morri. Agora eu vou começar de novo ok. Passei pra outro plano, que era o plano da maternidade. O que que eu tenho aqui? Vamos lidar com o que eu tenho aqui, e aos poucos fui reconstruindo e tal pra voltar dentro do novo contexto, pra esse renascimento, eu acho que eu renasci. E com tudo que a maternidade trouxe, eu renasci mais forte, eu consegui ter essa consciência, essa minha experiência né. Eu digo, ah então tá agora eu consigo, eu dou conta disso, fiz um, sou muito forte, consegui trocar uma fralda, sou muito forte. Então foi esse reconstruir, renascer assim, que eu, a partir daí, do momento que eu aceitei, que eu tinha morrido, que as coisas ficaram melhores, mais fáceis, não melhores. Assim, ficaram menos, foi um sofrimento a menos, de ficar sempre comparando, ah puxa mas eu podia tá agora fazendo tal coisa, ficar presa sabe quando a pessoa não sai daquele luto, e não tá vamo dar um passo adiante, foi essa a sensação que eu experimentei. E claro, hoje daí já passou um ano e meio né, quase um ano e meio, daí eu acho que já consigo melhor, porque processei tudo isso. Mas como eu quero ter outros filhos Ariely, então imagina me dar uma urticária que eu vou fazer tudo isso de novo.

P1: O quanto que assim, como no trauma e no luto, a gente se conecta com o incrível e o terrível que nos habita, eu entendo que o puerpério, a maternidade como um todo também nos leva a isso. Ela nos convoca a gente conhecer o terrível que isso nos traz, mas ela também nos convida o tempo inteiro pra gente conectar com o incrível que isso nos traz.

P2: Exatamente isso. No mesmo dia, no mesmo segundo, no mesmo instante, é tipo meu Deus, o que eu fiz com minha vida, essa criança não dorme, aí ele dormiu, meu Deus, olha

que coisa incrível que eu fiz, olha sua orelhinha, olha esse narizinho, meu Deus, como eu só digo, no mesmo tempo sabe? é surreal, a experiência materna é como tu diz e descreve nesse *podcast*, uma revolução

P1: É um portal né? Kelly querida, a gente podia ficar aqui horas e horas e horas

P2: Aí podia né

P1: Eu quero outro já

P2: total. Eu to nem falando né de culpas e quem cuida da mãe e o que, aí tem tanta coisa né

P1: Bora, se tu topar eu já tô aqui pronta pra parte dois

P2: Não, eu já to com roupa de ir também

P1:Então fechou. Muito obrigada, Kelly, por ter nomeado aqui, tantas questões fundamentais, que eu tenho certeza que vai reverberar, em quem for nos escutar, e tenho certeza vai trazer aí um aconchego, um acolhimento e poder levar outras mulheres e mães, de que elas não estão sozinhas e que elas não são inadequadas, e que é fase e vai passar.

P2: Exatamente, espero que tuas ouvintes, teus ouvintes tenham gostado, espero que a gente possa com esse *podcast* ter abraçado muitas mulheres que estão passando por isso, ou se você ouviu e conhece alguém que está passando, que possa encaminhar pra essa pessoa, porque eu acho que é isso, é um abraço e dizer tá tudo bem, você não é alguém fora do padrão por estar sentindo isso, você também é uma mãe, você estar passando pelas coisas que a Ariely passou, que a Kelly passou, que a Ivete Sangalo passou, e eu vou deixar a dica de livro que eu adoro *podcast* que tem dica de livro no final, que me ajudou muito no puerpério, foi 60 dias de neblina, dessa escritora que eu citei, Rafaela Carvalho, tem o é fase dela, que também me ajudou, mas os 60 dias de neblina foi assim, pra eu entender esse turbilhão, que eu estava passando, eu amei, vou deixar de dica final, e me chama Ariely pro próximo

P1: Já chamei. Não, a gente só vai agora alinhar as agendas, mas já chamei, e está fechado, querida, muito obrigada um beijo a todas e a todos e até o próximo episódio de *Revolução Materna*

Podcast 3: Me arrependi de ser mãe assim que pari. (Podcast: Tudo Sobre Mim: A Mãe!)

legenda: A1- apresentadora 1; A2- apresentadora 2; C- convidada; C2- convidado 2.

A1: Vem chegando o verão.

O calor no coração, essa magia colorida.

São coisas da moda.(cantarolando)

A2: Ah que Maravilha, parabéns.

A1: Queria que eu cantasse? um

A2: Sempre quero e adoro.

A1: Olha, a gente está aqui mais uma vez para falar sobre a Mor e o Asun supermercados porque a gente não se cansa de falar sobre isso porque o Asun, além de facilitar muito o nosso dia a dia de mães de família, com as compras no supermercado, nas lojas, tem também o aplicativo, site.

A2: Tem o whatsapp. Você pode encomendar as suas compras e retirar na loja.

A1: A gente seguido faz isso por aqui. A gente enquanto está fazendo a reunião de pauta da gravação, a gente já tá pedindo, manda quando chega em casa, as compras já chegaram. Mas eu minha, minha cantoria para te homenagear minha amiga.

A2: Ah querida brigada.

A1: Mas também para falar do colorido das térmicas do Asun mais uma vez que aliás hoje sem querer, pasmem, pasmem.

A2: Sem querer.

A1: A minha tá combinando comigo, meu figurino.

A2: E a minha tá combinando comigo.

A1: São ótimas essas térmicas da Mor tão com preço ótimo no Asun e além disso são livres de BPA. E o seguinte, agora se revelou.

A2: É tão super bem e tem o copinho aqui ó Shana.

A1: Dá pra fazer um tin-tin com o copinho.

A2: (risos)

A1: Leva água pras crianças na praia que a Tati não sabia né, e ó tin-tin tem até o copinho pronto. Mas eu trouxe um um outro utensílio doméstico.

A2: Porque é muito variada a gama de produto que a Mor tem né desde térmicas, a gente já trouxe aqui pra petiscos a tábua de bambu, tem as coisas que são bem típicas do verão como boias.

A1: Que fica difícil de trazer aqui (risos)

A2: Ah é, a gente vai ter que gravar fora, na praia.

A1: Cooler, boias como tu falou.

A2: Cadeira de praia.

A1: O cotonete.

A2: O cotonete.

A1: É cotonete ou o quê eu falei errado aquele dia lá.

A2: Não tem gente que chama de apoio pra piscina, enfim.

A1: Tem pra todas as idades pra todos os gostos mas esse aqui especialmente, festa de fim de ano está recebendo o pessoal na tua casa, depois quando bota aqueles tubos direto na mesa fica feio.

A2: Azeite, vinagre não dá viu.

A1: Em casa às vezes tem o azeite com aquele guardanapo na volta pra segurar. Mas olha aqui o que a Mor tem um galheteiro, confesso que descobri agora.

A2: Olha que gracinha o passarinho, é um passarinho.

A1: 380 mls dá pra colocar azeite, dá pra colocar vinagre, dá pra fazer um molhinho colocar aqui dentro. E ele ó abre quando vai servir ó.

A2: Automaticamente, olha que graça.

A1: Não escorre e é uma baita oportunidade de levar essa beleza pra tua mesa e praticidade.

A2: Ai Shana esse aqui eu vou querer sabe por que?

A1: Tá bom.

A2: Preciso contar essa história, meu filho ele pede pra levar de lanche pra escola sabe o quê?

A1: O que?

A2: Vinagrete.

A1: O quê?

A2: Vinagrete! Ama, cebola picada, tomatinho picado, pimentão e põe o vinagre.

A1: E eu lá em casa estou na fase de esconder o tomate no molho do feijão e arroz pra ver se comem uma verdura, pra tu ver como tem fases da vida pra maternidade e a Mor tem utensílios pra toda sua casa, pra toda sua família, para todas as idades. Então aproveita acessar agora o site do Asun, o aplicativo ou WhatsApp ou quem sabe visita uma loja que está sempre linda, sobretudo com ótimo atendimento pra receber vocês.

A2: Oi gente!

A1: Estamos começando mais um tudo sobre mim.

A2: A mãe.

A1: Ela inventou até uma melodia pro “a mãe” agora.

A2: (Risos)

A1: (cantarola) tudo sobre mim.

A2: “a mãe”.

A1: Vou descobrir que nota é essa, hein.

A2: É gente está fazendo isso, falando de mãe no início do programa de forma leve porque.

A1: Porque talvez venha um peso por aí.

A2: (Risos)

A1: Estamos começando mais um episódio dessa terceira temporada, desse espaço dedicado a falar sobre maternidade. A pergunta principal deste podcast, videocast, matcast, tudo cast. É a seguinte: que mulher nasceu com tua maternidade. Essa pergunta nós fizemos entre nós e resolvemos compartilhar com vocês e com as convidadas que passam por aqui, já tivemos a primeira a segunda e estamos na terceira temporada.

A2: Isso mesmo.

A1: Tudo disponível em todas as plataformas.

A2: Em todas as plataformas, agora evoluímos nesses questionamentos, na segunda temporada a gente saber quais mudanças profissionais que ocorreram na tua vida depois que teus filhos nasceram, e agora a gente traz algum um pouco mais profundo, mais individualizado e tem a ver com o corpo né.

A1: Exato.

A2: Como você aceitou, ou se não aceitou as mudanças após as gestações.

A1: Eu sempre fico pensando quando perguntam pra gente “ai da onde veio o nome”, aliás no nosso Instagram a gente conta pra vocês da nossa inspiração do nome, do filme do Almodovar, mas o filme chama tudo sobre mi madre ou seja tudo sobre a minha mãe ,mas esse espaço é pra gente falar sobre nós, “ tudo sobre mim: a mãe” né? A gente deu uma mudadinha, fez essa brincadeira e a gente contou pra vocês lá no nosso Instagram que aliás já segue compartilha com os amigos, e outra coisa que eu tenho pensado Tati é que a gente fala muito pras nossas bolhas né, muitas vezes sobre as questões que nos importam e a gente falou sobre isso com a Titi Miller que teve por aqui há alguns dias, como é importante a gente compartilhar estes conteúdos que nos dizem respeito para a sociedade de um modo geral, porque assim a gente vai transformar e fazer as pessoas refletirem, pensarem sobre esses assuntos. Então manda pro pai, manda pro avô, manda pro amigo que quer ser pai ou está esperando o filho que vai

nascer, enfim pra tua rede toda de convivência, pra eles te entenderem um pouco melhor como mãe, mas muito obrigada pelas mães que nos acompanham por aqui.

A2: É verdade porque esses conteúdos estão fazendo com que a gente possa refletir, avançar nos nossos conceitos, ampliar os nossos olhares sobre todas as formas de maternar e a gente quer né agradecer os nossos parceiros que apostam nessa ideia, que estão conosco nessa ideia, nesse projeto que a gente. olha só já fez nove meses

*as duas vibram comemorando”.

A2: Já até me arrepiei ó.

A2: Nasceu, agora nasceu definitivo. Agora é só a parte mais fácil, criar, educar, enfim né vamos falar sobre ele Assun supermercados com a parceira Mor que está sempre com a gente por aqui, onde vocês encontram facilidade pro dia a dia todos os produtos necessários aí pra tua casa, e sempre lembrando né tem aplicativo dá pra comprar através do WhatsApp e o Assun tem mais de 35 lojas espalhadas por todo Rio Grande do Sul e está em plena expansão, essa semana falei com a Luiza, com seu Ortiz. Vem unidades novas aí, eu acho que na verdade quando está indo ao ar esse programa já até inaugurou aqui na região metropolitana pela interior do estado do Rio Grande do Sul, então beijo Assun.

A2: Completíssimo gente nasceu por uma ideia, pelo trabalho de uma mãe, da matriarca.

A1: Dona Asuncion.

A2: Asuncion.

A1: Aliás, tem o livro dela né, a gente já falou por aqui, que mais?

A2: É verdade. Genius educacional que trabalha as habilidades socioemocionais de professores, alunos e da escola, também dos pais. Está conosco né porque educação é sim uma forma de mudar o mundo, talvez a forma mais potente né ? De fazer isso e também conosco o nosso suco de uva Aliança.

A1: Brindezinho, saudável, sem açúcar e ainda uma cooperativa cheia de mulheres, então são empresas que acreditam no nosso conteúdo de transformação do mundo e empresas que a gente sempre indica pra vocês. Valorizem empresas que estão aí ó sempre parceiras de

projetos culturais, projetos transformadores como a gente acredita que é o tudo sobre mim a mãe. Sem mais delongas que já alongamos muito nesse início.

A2: Sem mais delongas.

A1: Olha vou deixar tu apresentar ela.

A2: Então, ela é atriz, a nossa convidada, é escritora, também mãe. Eu achei tão lindo o nome da filha dela Flor Inae, tem 12 anos a idade do meu filhote também, aquela idade desafiadora de transformação. E ela trás pra gente um conteúdo que faz com que a gente um pouco se desacomode, sabe quando conheci, quando li a primeira vez eu pensei “gente, o que seria uma mãe arrependida?” Bem vinda Karla Tenório nos conte como é isso.

A1: O que seria?

C: Meu deus, o que seria uma mãe arrependida né? Bom resumindo muito antes de contar a minha história, mãe arrependida fala sobre saúde mental, sobre a importância de se voltar o olhar a reflexão e o cuidado para deterioração da saúde mental da mulher brasileira hoje em dia, é claro que eu sou uma mulher branca, quero sempre enfatizar isso, privilegiada mas obviamente que existe uma subjetividade que é igual a todas, a construção social é diferente mas sobretudo voltar o olhar pra essa saúde mental e pós pandemia ficou preclitante, urgente, é... e o meu sonho é que se crie políticas públicas pra que a gente possa cuidar das mulheres que são as responsáveis pela criação de toda sociedade né, a verdade é essa. De forma não remunerada.

A1: É isso, até a poucos dias a gente falou sobre isso aqui né de leis que estão buscando isso né, e eu acho que realmente são transformações que acontecem a partir do momento que a gente fala sobre o assunto, a gente ainda tá nessa fase né Karla, talvez as próximas gerações já vivenciarão e acredito né, tenho esperança que sim, momentos diferente né dessa colocação da mulher, dessa valorização da mulher realmente na criação do sujeito né desse sujeito que trabalha, desse sujeito que tem questões emocionais na sua, nos seus relacionamentos com seus pares, com as suas famílias enfim, a mulher é sim e isso é uma recorrente por aqui, a maior responsável por essa construção. Mas a gente quer saber, vamos começar a história do começo Karla, como é que foi a tua história de mãe e da onde que veio essa ideia de falar sobre isso?

C: Bom, eu vou falar do início da treta né, porque é uma treta (risos)

A1: A gente ficou com peso né, a gente... vou contar pra vocês que estão em casa, interrompi a Karla né, eu disse aí dando dicas né, a gente conversa aqui de forma leve e aí a Tati já me olhou assim.

A2: É.

A1: Já me olhou meio de revesgueio e ela disse assim mas eu sou o peso (risos).

A2: Estou acostumada a falar de coisas que são pesadas né desse lugar.

C: É foi é.

A2: Que muita gente se identifica mas muita gente também desaprova.

A1: Te odeia (risos) te odeia assim eu sou direta.

A2: Eu assim não te aprova e ela “te odeia” é isso? As pessoas te odeiam?

C: Não, basicamente, também. Não, primeiramente boa tarde, eu quero agradecer essa oportunidade (risos).

C: Deixa eu começar do começo antes da treta, não e a real eu quero agradecer a oportunidade porque como é um assunto muito tabu, nem todo mundo tem coragem de falar sobre isso então vocês maravilhosas me convidaram, vieram até mim pra realmente expandir essa reflexão significa na minha opinião que esse programa é maravilhoso ponto.

A1 e A2: Ai obrigada.

C: Brigada Tati, obrigada Shana.

A2: Só um complemento que a gente convidou há algum tempo, até ajustar agenda, então já estamos trabalhando com esse assunto né, contigo Karla.

C: Isso.

A2: Há algum tempo.

C: Meses né, acho que já faz uns 2 ou 3 meses é isso.

A2: Mas deu certo.

C: Bom, é eu quis ser mãe é eu venho de uma família de classe média, então não passei fome tive Dificuldades básicas porque classe média é aquilo, mas tudo certo educação, fui amada pela minha mãe pelo meu pai x, traumas normal igual todo mundo, e aí casei né? Em determinado momento eu não pensava em ser mãe antes eu não queria ser mãe eu sempre gostei muito do meu trabalho de atriz, da minha liberdade era algo muito característico, mas determinado momento eu tava na Índia né sou uma yoigine viajei algumas vezes para a Índia tava lá meditando na beira do ganges, no Himalaia e aí meditando durante muitas horas recebi essa coisa assim de ficar grávida, de ter uma filha, um filho enfim né de abrir o meu ventre. Foi muito bonito aquele momento e segui, me preparei, planejei durante um ano, estudei a cromoterapia, aromaterapia porque eu era uma mistura mística de Nanaira com atriz entendeu? eu era assim ainda tava naquela fase jovem mística e aí eu demorei um ano pra ficar grávida, fiquei grávida, minha gravidez foi maravilhosa, me achei linda, potente, com tesão, tudo isso. Estava trabalhando fazendo minissérie, fazendo teatro e muita idealização é a coisa mais importante de dizer. porque há 12 anos atrás ainda era muito tímido o movimento feminista em relação ao quetá hoje, maternidade real não existia começou a existir mesmo em 2011 né, de verdade assim pro grande público e aí obviamente lógico naquela gravidez toda ia parir um anjo de Deus enviado, tudo daria certo e harpas tocariam. E essa era a minha ideia né, e a minha mãe não me contou nada sobre nada, sobre a dificuldade, sobre absolutamente nada. E pari em casa, pari com uma parteira, então tudo bem idealizado. Quando eu pari, eu falo isso e eu chocou as pessoas. No momento em que a cabeça saiu, eu tive um arrependimento instantâneo que foi a quebra da idealização não pensada, foi com o meu corpo, foi algo que eu não consigo nem dizer, é indizível. Mas o meu corpo sentiu aquele primeiro baque, e depois eu levei três anos para elaborar e me autodiagnosticar arrependida e fiquei em silenciamento durante 9 anos porque obviamente os acordos tácitos entre nós é de um silenciamento e de uma perfeição insana, pelo menos aonde eu vivia né então, todas as crianças dormiam a minha não é, davam tchau antes a minha era mais atrasadinha, enfim eu me sentia toda errada e sempre sofrendo muito e não tinha com quem falar e tava todo mundo muito feliz com seus pacotes, com seus filhos, com suas filhas. E o amor incondicional demorou a chegar né, aquele amor que eu fui tomada demorou mais ou menos uns 3 anos também. Então eu fiquei muito tempo em silenciamento, em depressão, tive psicose pós parto que eu não sabia o que era, fui descobrir depois.

A2: A gente não sabe também né? A primeira pessoa que a gente ouve falar assim, pelo menos das que a gente recebeu aqui sobre a psicose pós-parto.

C: É, eu não sou médica já de antemão adianto isso, mas já passei por uma pesquisa bem longa, e já conversei com muitas médicas. Existe o baby blues que é até 30 dias ali que é aquele ajuste hormonal, que dá aquela tristeza, ansiedade bla bla bla, ele pode passar ou com terapia ou do nada né, muito comum acredito que quase todas tenham. Aí tem a evolução que é a depressão pós parto, tem os níveis de depressão ali uma gama né? De temperatura ali do mais ou do menos. Que já é algo mais forte, que precisa de cuidado, de olhar, de tratamento com remédio ou não, mas não é frescura e existe a psicose pós-parto que é perigosíssima, que é a que causa muito responsável pelos infanticídios. Que é um assunto ainda mais tabu, que o arrependimento materno, ele é em pouca quantidade obviamente, mas ele acontece até hoje, ele deveria ser um atenuante da justiça, mas muitas mulheres são tidas, são julgadas como homicídio culposo por ignorância, por falta de cuidado, por falta de olhar pra isso né; então vez ou outra você pega aí no jornal né a mulher que se matou, que matou os filhos enfim, e tudo isso sob a psicose puerperal né, sob o pós-parto. essa situação do puerpério que deixa a mulher nesse estado, que é um estado psicótico, ela perde a memória muitas vezes, ela não lembra das coisas, ela dá de mamar sem a criança estar ali, ela fica muito exausta, ela não atina, ela fica ansiosa. E aí a psicose pode dar desde largar né, não consegui fazer nada, largar a criança e aí é mais fácil da família vê que tem alguma coisa errada ou como foi no meu caso que eu era uma fazedora, eu não parava nenhum momento, eu fiquei extremamente agitada e a fazedora geralmente é a que leva a cabo essa ideia do infanticídio que é muito perigoso né? Eu graças a Deus, deu tudo certo, tive rede de apoio, minha mãe estava muito ali comigo mas é perigoso, poderia realmente ter acontecido algo, eu não descarto esta possibilidade diante do que eu passei é muito duro.

A1: Você era casada nessa época ainda?

C: Eu era casada, eu ainda era casada.

A1: E não havia nenhum diálogo? Porque acho que isso deve ser uma coisa que as pessoas devem estar se perguntando né? As outras mães que estão nos assistindo ou mesmo os pais, tu não conseguia de nenhuma forma annnn expor isso pro seu companheiro, e ele também não tinha enxergava?

C: Não.

A1: porque é algo muito comum né? Nasce a criança e todo mundo para de olhar para aquela pessoa né? Que pariu.

C: É, naquela época não tive, não tive essa ajuda realmente a minha minha situação, graças a Deus já separei minha situação com o progenitor da minha filha, muito complicada e não teria mesmo, da parte dele não teria.

A2: E pra buscar ajuda foi algo que tu buscou, tua mãe que a gente tem isso né? A Xana sempre resalta isso também, a mãe né? Muitas vezes pra quem tem a sorte de tê-la ainda ao lado nesse momento, né? Em que nascem os filhos, é a pessoa que olha mais pra gente né?

C: É, é.

A2: E aí foi uma indicação dela, foi tu mesmo que se deu conta? Eu tive na segunda gestação uma depressão e ninguém se deu conta fui eu mesma, eu não me aguentei mais e fui buscar uma ajuda.

A1: As pessoas colocam a gente no lugar de crítica, né? “Ai que péssima mãe, ai vai passar, ah é normal né? Tem muito disso aí.

C: É no meu caso, é no meu caso eu não tenho feedback da péssima mãe porque eu sou a perfeita mãe, por isso que eu sou arrependida. Eu costumo dizer que eu sou perfeita mãe de merda, então é muito difícil ter, é muito difícil ter uma crítica minha porque eu ocupo todos os espaços, então mesmo naquela época com a psicose eu era imbatível, entendeu? Não tinha como, os horários, tudo era difícil. A minha mãe não teve conhecimento, realmente ela é uma mulher simples, uma mulher mulher que não, não contou com essa possibilidade, talvez nem achasse que existisse isso, mas ela me apoiou estando presente, eu fui buscar buscar ajuda depois de 9 anos, eu fiquei 9 anos num deserto, muito deserto. É, foi muito sofrimento pra eu conseguir, por isso que eu dei passagem pra isso que eu estou dando hoje, porque foi tão importante que eu realmente desejo que as mulheres não passem por isso ou passem o mínimo possível. É foi um processo que eu falei cara se tivessem me falado uma pontinha, eu já teria me sentido acolhida, já teria ido em busca de ajuda, já não acharia que é frescura, já não me sentiria tão sozinha que foi como me senti. A solidão, ela é algo que todas as mulheres, mãe sentem e na psicose pós parto e no arrependimento que é essa evolução né? Da depressão é maior ainda, a solidão, a culpa né? Então são sentimentos que assim são construídos, foram fabricados mesmo, tem base no cunho político, econômico e a gente não percebe. E no fanatismo religioso né? No fundamentalismo religioso, mas as mulheres não percebem, acham que assim. Então um dos meus trabalhos é mapear da onde vem para que a gente não se sinta tão culpada, entendeu? Tem um porquê, veio da onde né?

A1: E daí depois desses 9 anos tu foi enfim em busca da tua ajuda e da tua cura vamos dizer assim né, desse teu entendimento contigo mesma, como que aconteceu esse processo?

C: Isso, eu na verdade desde sempre tinha um trabalho de conhecimento, então pra eu atravessar esses 9 anos eu tinha um grande trabalho de conhecimento, foi eu mesma meditando muito e tal. Depois de nove anos, uma amiga chamada Joana Lerner que tem uma companhia chamada Iones, magnífica, ela é a atriz e tal produtora. Ela leu o livro da Orna Donath que é “mães arrependidas” né “Regretting Motherhood”, que é uma israelense que fez uma pesquisa, com 23 mulheres arrependidas, mães arrependidas anônimas né, anônimas mas são 23 depoimentos. Ela é uma não mãe que pra provar decisão dela de não ser mãe, ela foi em busca das mães arrependidas pra dizer olha, pra eu não ser uma arrependida eu quero dizer que é isso. Enfim, ela fez, a tese dela é muito incrível, vale muito a pena e a gente estudou, ela estava estudando esse livro, chamou algumas feministas e eu falei meu Deus tem mais arrependidas né? Que bom! E aí quando cheguei lá, descobri que era só eu mesmo, elas estavam só pesquisando.

A1 e A2: (risos).

C: Foi hilário.

A1: Achei que eu ia assim né, encontrar meus pares, mas não eu era a única.

A2: achei que ela ia falar agora achei oásis no meu deserto.

C: Tava crente, cheguei lá toda animada, falei ai que legal vocês também são, não, a gente não, você é? Aí eu falei sou, aí acabou que durante um tempo eu fiquei mas aí eu me retraí de novo que eu acabei virando objeto de pesquisa e eu não queria, eu queria partilhar pô, sabe assim? Eu queria falar os absurdos que eu estava sentindo e botar pra fora, ai me retrai mais um pouquinho até que na pandemia foi determinante, eu falar sobre isso quando uma conhecida distante, eu não a conhecia pessoalmente mas sabia quem ela era, de São Paulo jogou do prédio com o seu bebê de 11 meses no colo. E ambos não sobreviveram, aí eu falei, eu preciso falar sobre isso agora.

A2: verdade, mas assim tu disseste que vez ou outra aparece, muito raro né ? Muito raro a gente ouvir um caso real né, que valide Essa situação que acontece, que pode a gente não tem pesquisas talvez, que indiquem né os números exatos mas está aí né isso é real.

A1: Não, e no caso, até pouco tempo an salva algumas transformações que estão acontecendo, o jornalismo nem notícia suicídios né?

C: Exato.

A1: Então tem toda essa questão de abafamento, do que eu acho que é mais comum sim, e principalmente claro de pessoas de mais baixa renda, que tem menos convenções sociais né, e opinião dos outros e até mesmo rede de apoio é desse abandono das crianças em lata de lixo, enfim questões seríssimas né, que a gente olhe e pensa meu Deus como uma pessoa foi capaz de fazer isso né. Do nosso lugar de fala é, de não entender como a pessoa se sente.

C: É que é muito, é é é, dá pra entender porque a gente não tem uma cultura de refletir a respeito desses assuntos tabus, a gente coloca debaixo do tapete. E na psicologia é oposto né que a gente faz a gente vai pra terapia pra falar, pra ventilar, pra xingar e aí né certos assuntos são tão tabus, que aí é gatilho, é isso, é aquilo fica pra debaixo do tapete e a gente não sabe lidar como por exemplo a morte, a própria morte a gente não fala sobre isso, é algo que ainda precisa ser desenvolvido enfim, vale dizer que essa conhecida que se jogou e fez esse infanticídio né suicídio ela era uma mulher branca, de classe média alta, casada. Eu digo isso que é de muita importância, privilegiada, por que quando chega nessa camada do privilégio é porque realmente as outras camadas mais vulneráveis estão muito piores muitas vezes né? É porque realmente esse assunto ele bateu no lugar que não pode mas não falar então eu utilizei a minha ferramenta que é a arte, no meio da pandemia pra fazer um espetáculo on-line e fiz esse espetáculo em 2020, era um espetáculo muito catártico, indigesto (risos) mas que era um primeiro movimento meu de expressão para falar desse assunto, 400 pessoas só assistiram, algumas falaram "nossa não me identifico que punk" e outras falaram "nossa me identifico muito" e saiu, ok passou. Em 2021 no dia 7 de maio, eu dei uma entrevista antes pra Universia, portal uol que aí vai para as grandes massas, brinco que sai do armário e me assumi publicamente ser uma mulher arrependida. A partir dali eu não tinha noção em apenas poucos minutos, 10, 15 minutos a página ganhou milhares de seguidores e eu fui apedrejada tida como maldita e salvadora da pátria ao mesmo tempo porque muitas disseram pelo amor de Deus graças a Deus isso existe e outras disseram você é uma monstra. E aí eu tive que lidar a princípio com apedrejamento, linchamento foi muito grande, mas é engraçado porque era um linchamento que não vinha com um cancelamento, era um linchamento com muita curiosidade, muito interesse isso também foi bom. Eu acho que mexeu nas camadas mais profundas.

A1: Exatamente, a pessoa pode não se identificar, mas é importante que ela leu, ouviu e que ela sabe que isso existe né? Ela pode até não se identificar, ela pode ter gostado, mas só em ela ter ouvido falar né que eu acho que na hora que a gente está sendo apedrejada da internet, que eu já passei por algumas situações assim também, a gente tem né a Tati sempre diz, vamos administrar essa crise né? Então assim tu alcançou teu propósito né, o teu propósito era fazer as pessoas pensarem e as pessoas estão pensando OK né, a internet é o lugar que ninguém tem cara, ninguém tem nome, tem perfis falsos.

A2: O que a gente vai fazer com isso né? Em busca desse propósito, mas Karla assim, eu acho, quando eu te conheci ann e realmente né, confesso que fiquei assim num lugar um pouco estranho tentando buscar alguma referência, alguma conexão com o teu propósito né, com a tua fala. Mas a primeira coisa que eu pensei e acredito que muitas aí do outro lado também estou pensando é o que a tua filha acha dessa opinião, eu sei que tu já conversaste com ela né? Tem até um vídeozinho ali com ela no Instagram, mas assim queria te ouvir para saber como é isso em relação a ela, até porque como eu disse no início né, essa fase né? mudança da criança pré-adolescente ela já deve ter acesso a esses conteúdos de alguma forma.

A1: E é uma mulher, né?

A2: Ter ouvido falar, exatamente.

A1: É uma menina né, também está, talvez vá passar por isso talvez por essa escolha né? De ser mãe ou não.

A2: Exato.

C: É isso mulheres acho que é o cerne da questão da mãe arrependida né? que a princípio foi muito desafiador de conseguir explicar, até pessoas que são intelectualmente desenvolvidas me criticaram. E aí o que acontece, primeiramente eu sou mamãe, sempre fui, sou uma mãe solo e sempre fui mãe integral de muito amor a ela, de muito entrega, de muito serviço então eu acredito primeiro que a criança, o bebê e a criança ela precisa ter o afeto, amor, cuidado, carinho verdadeiros, primeiramente verdadeiros faz muita diferença falar sobre isso, porque a maternidade exercida com raiva, com ódio, com culpa, com peso, com mentira; então assim verdadeiramente eu me entreguei de corpo e alma para Flor Inae eu falei agora nós estamos juntas nesta encarnação, nesta existência e vamos atravessar isso juntas. O meu amor por ela foi expandindo, por quê, quando a gente se doa para alguém desinteressadamente aquela

peessoa nos ama muito e aí quando alguém nos ama muito a gente também ama aquela pessoa então entre nós, é um processo de muito serviço, altruísmo, fluxo e muito amor. Ponto, dito isso eu ainda sofria, sofria muito porque eu detesto a função, o job. Eu não detesto comer pipoca, dormir junto, cheirinho, fim de tarde, o amor, a pessoa que ela é e foi se formando; eu detesto a educação, a visibilidade, a falta de oportunidade de trabalho, a violência doméstica, a humilhação, a falta de liberdade né? A falta de tempo, então tudo isso é uma coisa separada da outra, é uma coisa que eu quis trazer, uma coisa o amor que nós sentimos por aquela criatura que a gente desenvolve uma relação e eu desenvolvi muito bem me entreguei a ela, e outra coisa é a função da forma que ela está construída socialmente e a pressão exercida em cima de uma mãe ponto. Quando ela fez uns oito, primeiro que a criança sente tudo é um erro dizer que bebê não sente, ele sente primeiro o sensório, depois vai indo pro intelectual, um erro você não ser honesta com o seu filho ou a sua filha porque ele vai entender e o que acontece muito que eu cito, dentro da psicologia que quando eu descobri foi um portal, é o dolo vínculo que é o que que mais ou menos, é aquela informação errada que você dá pro seu filho a sua filha, se você tá com raiva na maternidade de alguma coisa ou até mesmo da criança que é uma coisa que acontece a gente fica, e aí a criança pergunta mãe está tudo bem a gente “tá, tudo bem “aí a criança diz“ mas é comigo?“ Aí a gente diz “não, não é com você“. Se aquilo é uma mentira, aquilo gera uma confusão dentro daquela criança, porque a criança está sentindo que tem alguma coisa de errado e a mãe disse que não, a mãe é quem sabe tudo, a deusa, a dona da verdade.

A1: Ao mesmo tempo, a gente invisibiliza ele, inviabiliza também que eles entendam como processar os sentimentos, a gente tem falado sobre isso aqui né? Tá lidando né, porque se ele está sentindo.

A2: O interlocutor está dizendo que não, não é real.

A1: Porque educação né? Está aprendendo naquele momento que não, a minha mãe está com raiva mas ela não quer dizer que tá com raiva.

C: Pois é, o problema é que não tem idade pra elaborar esse pensamento, o que acontece o tal do duplo vínculo que gera uma disfuncionalidade no futuro que é a auto sabotagem, insegurança no que pensa, no que sente, então quando eu já com meu trabalho de autoconhecimento avançado entendia isso, eu falei ferrou, o ideal é que eu amasse a maternidade, lógico né meus amores mas assim não tendo essa realidade eu precisava dar um

jeito de falar a verdade pra ela, então a minha decisão desde sempre foi, é contar com a minha parceira, que estava ali vivendo 24h comigo e vendo meu desespero dizer pra ela que a culpa não é dela, então aproveitar pra tirar a carga emocional de cima dela, e dizer isso aqui provavelmente pode acontecer por muitos anos, é uma pena, nós vamos ter que atravessar esse desafio, mas a culpa não é sua. Então o oposto do que as pessoas pensam é o objetivo da mãe arrependida, é cortar o círculo vicioso, ciclo vicioso de culpa que é gerado, que é formado de geração após geração, por que a mãe quando está em silenciamento nem pra terapeuta pode falar desses absurdos porque não tem cultura na psicologia disso, como único interlocutor daquela mãe é a criança ela joga toda carga emocional em cima daquela criança, culpa aquela criança por ter paralisado a vida, por não realizar os seus sonhos, por não conseguir ser feliz, aquela criança cresce com essa carga, com essa culpa vira mãe e passa essa culpa diante, eu quero interromper isso eu sofro, mas eu quero dizer pra ela, e digo pra ela e deixo bem especificado, nítido pra ela que assim, a culpa não é sua, a culpa não é sua. Independente de que tipo de criança seja, mas pra eu dizer isso pra ela eu tenho que dizer o que eu estou sentindo, ela está sentindo. Então na verdade a minha escolha por falar do arrependimento materno e por falar que eu detesto ser mãe é pensando nela, inclusive também pra romper esse ciclo vicioso compulsória aonde a mulher tem que ser mãe, aonde também é uma coisa que você não pensa e só vai fazendo. Então a minha filha hoje, que ela pensa, tá doida pra falar mas eu tenho que segurar pra não se expor, porque eu sou julgada, mas ela fala assim cara eu, na peça tem né aí a fala dela, mas assim não faz muita diferença porque a minha mãe me ama passos óleos essenciais na minha cara, hidrata meus cachos, me leva pra comer pipoca eu e ela não faz diferença, isso fazendo é pra ajudar as mulheres não ficarem tão tristes.

A1: Não, e agora pra mim ficou muito claro, Karla assim ó, existe a relação amor entre dois seres humanos.

A2: Cuidado né.

A1: Inclusive com a progenitora cumprindo o seu papel, isso não quer dizer que tu enquanto ser humano, enquanto Karla esteja te sentindo bem, feliz e tal, é sobre ti, não é sobre a sua relação com ela, é sobre a pessoa Karla. Né, então assim, isso não inválido sentimento de amor que ela tem pela filha, isso tem a ver com o que ela está sentindo. E eu acho que é muito importante a gente falar sobre isso mesmo, e bem que tu falaste cultura, não temos a cultura se preocupar, de se importar com aquelas pessoas, que a gente no momento que vai parir, que vai virar mãe não possa sentir mais nada além de amor pelo próprio filho.

A2: Né invisibilidade né, a Ana Emília Cardoso escreveu a mãe rock, a mãe é punk ela disse que a primeira vez que ela escreveu no blog há 10 anos, exatamente nessa época que tu falasse que começaram a surgir né as mulheres corajosas pra falar sobre a maternidade real que ela colocou uma foto do bebê dormindo e disse ufa ela dormiu, ela foi apedrejada né, porque as pessoas “ como assim o bebê dormiu? “ Quer te livrar da Criança? ou sei lá o quê e realmente assim, acho que na verdade o que tu traz é um movimento, claro que nome pesa no momento em que tu limita isso, arrependida de ser mãe né, então simplificando ele pode deixar as pessoas assim mais resistentes mas na verdade traz consigo os sentimentos de todas as mães, né em algum lugar, por exemplo, eu não gostei de não conseguir dormir à noite, essa parte pra mim é e continua sendo muito pesada, quando chegando na adolescência as pessoas dizem “ihhh agora que tu vai ver vai ter que levantar de madrugada pra ir buscar nas festas“ eu falei gente, não quero isso ainda falava com o avô dos meus filhos quando ele brincou comigo, eu disse tu que vai, eu vou ligar pra ti porque essa parte de ser mãe eu não gosto entendeu? De ter o meu sono interrompido, então validando isso, e não tem a ver com meus filhos eu já falei pra ele inclusive, me identifiquei numa outra escala de dizer a mãe não gosta, a mãe gosta de deitar e dormir então vamos nos organizar sabe? Quando eu digo vamos dormir é porque o meu limite chegou daí pra frente já não sei o que eu faço, já não sei se estou lidando de uma forma legal com você.

A1: A Isabel Teixeira esteve aqui com a gente também e ela falou me marcou profundamente assim e eu estou até usando lá em casa olha pra mim, olha pra mim filho, o que que eu estou fazendo agora? mamãe está trabalhando olha só mamãe está com computador aqui, mamãe está no telefone, mamãe está escrevendo porque assim a gente tem uma cultura de olhar para o filho a gente fala sobre os filhos e sobre a nossa relação com os filhos, mas a gente não ensina os filhos a olharem também e respeitarem os nossos espaços, as nossas prioridades, os nossos gostos, os nossos desamores né enfim olhar pra isso e essa frase da Bel me marcou muito essa semana eu usei lá em casa, Gonçalo olha só meu filho, olha pra mamãe tu tá vendo mamãe está trabalhando será que tu pode esperar 10 minutos pra me falar isso filho, brinco um pouquinho ali daqui a pouco a mãe vai lá te atender. Porque tem isso e a gente, e ela falou né, somos mulheres interrompidas, foi outra frase muito profunda, a gente está sempre interrompendo a vida, o trabalho, sonhos né?

A2: O sono (risos).

A1: E a gente não é obrigada achar bom né?

C: Não, exatamente e essa discussão assim né, isso de não achar bom é a ambivalência que é todas as mães têm em algum momento, mãe que diz que não tem, não sei eu desconfio, porque só belezas... enfim né, mas assim a ambivalência normal, a discussão do arrependimento materno tá ligada mesmo a uma perda de si, é quando realmente a saúde mental ela vai se deteriorando, é o que aconteceu comigo, eu já tô num grau de superação, continuo quando eu digo, ah mas agora você se curou né ? agora você não é mais arrependida. Não é assim que funciona a vida real, tá? Eu quero dizer isso, apesar da minha filha estar bem e eu amá-la, não é assim que funciona. Mas sim, eu estou muito diferente do como eu tava antes, e percebo as mulheres chegando na mãe arrependida é... tendo uma notícia disso e indo em busca de tratamento, então há um ano atrás eu recebo uma mensagem dizendo assim, olha me tratei to me cuidando, já tô dando, a maternidade está abrindo espaço pra um lugar muito mais leve, continua sendo difícil, então isso pra mim é um regozijo né ? Porque o arrependimento é um aprofundamento da ambivalência, é quando a ambivalência pesa muito mais pro lado negativo, que a mulher realmente, ela fica parada num estado psicológico, ela não consegue se mover em direção ao prazer, a vida, a um outro recorte que não seja aquela dor né ? E eu falo muito pra minha filha, eu falo assim "filha, a gente age muito na verdade sabe?" Eu falo assim, "filha não é porque eu sou sua mãe e que você é minha filha que a gente vai se amar pro resto da vida se a gente não desenvolver uma relação, é igual qualquer relação, a gente vai ter que nutrir pro resto da vida", porque não é assim "ah você é minha filha eu vou te amar independente", não, você tem que batalhar também por mim, e eu tenho que batalhar por você, hoje você precisa de tudo então eu te sirvo, eu cumpro meu papel mas a medida em que você for crescendo a gente precisa batalhar uma pela outra, e cada vez mais vai saindo desse lugar de hierarquia que hoje eu sou a mãe mesmo eu que mando, mas pra gente virar amigas no futuro né ? Então assim essa concepção a gente não tem na sociedade, é uma coisa que você tem que arrastar o filho, tem que arrastar a mãe pro resto da vida independente, se a mãe é tóxica, se o filho é assim, assado, eu dou liberdade pra ela inclusive que não render uma eterna devoção a mim, submissão, eu não sou a mãe, eu sou a progenitora, uma mãe e que vamos desenvolver conforme nossas escolhas essa relação, que eu vou dar tudo de si pra ser maravilhosa lógico.

A2: Uma pessoa assim, que eu ouvi que teve notícia né? Do teu perfil disse vou criar um perfil, eu odeio a minha mãe, isso é sério e eu tenho certeza que não sou só eu que odeio a minha mãe, porém não tem voz, não ecoa, não sabe pra onde correr né pra poder entender esse sentimento.

A1: E isso também faz parte acho dessa construção que a gente ann desse lugar né, da gente não olhar pra mãe, da mãe não olhar pro filho como seres individuais não obrigatoriedade de relacionamento, a gente teve aqui agora ann, quem falou, a Elizama falou né? Sobre a obrigação do amor de irmãos, né aliás gente assistam, os episódios estão todos aí ó, aqui abaixo na descrição tem todos episódios pra vocês assistirem, a Elizama falou isso, a gente cria os filhos dizendo tu tem que amar teu irmão, não tem que amar, tu tem que construir uma relação com teu irmão de respeito e se vocês se amarem que bom, se vocês forem pessoas muito diferentes e não conseguirem conviver OK, tem que se respeitar e a gente tem uma inversão de valores né, e de qualificadores nesses relacionamentos familiares que realmente a cada convidada que chega aqui, fica mais evidente pra gente.

A2: Sim, os padrões que a gente, agora eu completo o que a Shana tá falando, tu comentaste conosco o nome do teu companheiro né? An a Flor vai ter irmãos? Nesse, nesse contexto?

A1: Bah que pergunta, hein? Bah saiu até um bahhh daqui (risos).

C: Olha, saiu até um bah e eu vou te dizer, eu até uns 5 meses atrás.

A1: 5 dia (risos).

C: Até uns 5 meses atrás (risos) eu dizia com convicção em todas as entrevistas que você vai ver pras pessoas, se eu pudesse voltar atrás não teria ficado grávida e não terei mais a não ser que é Deus coloque o Jesus Cristo em pessoa porque daqui não sai. E aí eu estou assim, assim sabe.

A1: Como é que está Jesus Cristo?

A2: Não aqui, podem fazer perguntas, Shana a sensitiva.

A1: Não e eu pergunto como é que vai Jesus Cristo aí na tua casa (risos).

C: Jesus vai muito bem, Jesus está ótimo (risos). Não, é porque o que acontece, eu passei por uns, ressignificou a maternidade com toda essa cura que veio à tona, e eu sei o que é ser mãe, hoje é criar um cidadão, uma cidadã, pra tentar salvar o planeta, salvar da forma que for. Através de propósito, sustentabilidade, da sua profissão, não é pra passear no shopping e tomar sorvete, isso aí é um plus. Então hoje, a minha concepção de ser mãe é uma escolha de

serviço ininterrupto por alguns anos e depois uma estrutura pra gerar um cidadão né, não pra cuidar de alguém, de mim na velhice, não porque eu tenho, não porque eu tô amando, não porque a famílinha, não. então assim, dito isso, entendido isso eu sou uma excelente mãe, então eu acho que pode ser que aconteça, por enquanto estou fechada, mas eu não estou mais naquele discurso que nessa vida nunca mais entendeu?

A1: Eu adoro as pessoas que mudam de opinião e assumem, porque eu vim ao mundo pra mudar de opinião graças a Deus, não nasci pra pensar igual toda a vida, porque isso é uma chatice. Bom, Karla segue com a gente.

A2: Óbvio que sim.

A1: Porque a gente vai trazer um recadinho dos nossos patrocinadores, e em seguidinha a gente vai trazer uma pergunta de um guri pra ela, é um pai, confere aí.

comercial

A1: Tá aí um recadinho dos nossos patrocinadores, mas a gente tem um quadro novo aqui no nosso espaço nessa 3ª temporada.

A2: Temos, então vamos chamar, quem Shana? Quem que vai fazer a pergunta hoje?

A1: Não, os nomes hoje estão super criativos, porque assim “a mãe arrependida” e “o pai mala” Beto Bigatti manda aí.

C2: Oi gurias, eu sou o Beto Bigatti, o pai mala e a minha pergunta para a Karla é a seguinte, ann nesse panorama que ela ann estabelece tão bem da mãe arrependida, em que medida o homem colabora com essa romantização da maternidade? E até que ponto a ausência paterna também colabora para esse cenário? Queria ouvir a Karla, obrigado.

A1: Obrigada Berto.

A2: Obrigada.

C: É....

A1: Momento de silêncio.

C: Silêncio no estúdio, não, é assim a gente está numa situação muito difícil ainda em relação a homens, o abandono paterno só por exemplo nos primeiros 4 meses de 2022 foram 57.000 bebês que nasceram sem o nome do pai na certidão de nascimento né, fora aqueles que abandonam depois de registrar, fora os que a abandonam ainda casado com a mãe porque não tem tempo, só trabalha afinal de contas isso é função materna, fora que a cada 10 minutos uma mulher ou menina é estuprada, então dessas são mulheres casadas que tem filho não podem é abortar é e aí, tudo isso, tudo isso é ligado ao arrependimento materno, é a não legalização do aborto por estupro por exemplo que nasce uma criança e vai numa família disfuncional, então tudo isso está muito ligado também a figura do homem né? Dessa violência, desse abandono que é cultural e que muitos homens inclusive homens legais, que fazem isso mas que fazem até sem querer, porque é uma construção mesmo é uma coisa que a gente, assim como nós vamos sendo levadas a nos deprimir, a parirmos sem pensar os homens também que tem, são legais tá? tô dizendo isso e as radfem podem me bater, que eu apanho de tudo que quanto é lado, eu gosto dos homens, eu acredito também nos homens existem muitos maus, mas existem muitos que já estão tentando fazer essa travessia e estão sendo assim é muito violentados também né, então como que eles podem colaborar para ajudar esse cenário né? Os pais, é dando apoio né, as mulheres, ajudando elas a se cuidarem psicologicamente, é lógico que cuidar da criança de forma né ali do dia a dia é o óbvio sim, mas principalmente dar um suporte psicológico entender que não é pessoal, que quando aquela mulher entra naquele estado de emergência psíquica que fica amarga, que fica esquisita, que fica doente, adoecida. Ele precisa ter uma paciência extra, ele precisa ir em busca de ajuda caso ela não esteja conseguindo, então a a a, eu vejo a função do homem nos primeiros anos muito mais apoiando a mulher do que sendo um pai pra aquela criança, um pai pra aquela criança óbvio mas existe um, às vezes uma confusão, quando bebê nasce o pai vai ali pra criança pra ajudar, pra cuidar da criança e a mãe fica abandonada. É muito função do pai também, dar esse suporte para mulher, para mãe né, que é uma coisa que muitos homens não fazem e não entendem né?

A1: Eu quero trazer também uma questão nesse teu raciocínio que é o seguinte, eu acho é, acredito nisso, que os homens são educados, pensando no casamento, no relacionamento com seus pares né, quando vai se formar uma família e eles têm um GAP com a mulher né, que é o seguinte, a mulher engravida ok que lindo vamos formar uma família beleza nasce o filho, tem aquele primeiro mês dos primeiros cuidados, e o que é o raciocínio do homem em relação a mulher logo em seguida, quando eu tenho a minha mulher de volta? Isso não é olhar para mulher, isso é olhar para si mesmo. Quando eu terei novamente as minhas necessidades

atendidas, da sexualidade primordial né, que a gente percebe muito, quantos casamentos terminam e tem dados estatísticos que apresentam isso nos primeiros anos de filhos porque, porque os homens não foram educados para olhar para a mulher como a mulher, somente como a companheira, a esposa e a pessoa que também além de suprir as necessidades do filho tem que suprir as necessidades do homem, e tenho dito.

C: É na verdade assim, isso que você falou, eu nem estava contando com isso, estou já contando com os homens que estão no caminho feminismo, porque isso aí já é o básico do machismo absurdo, ridículo que tem que acabar imediatamente. Isso aí eu nem conto na verdade, então retificando a minha fala, ela é toda voltada pra um homem desperto, e que está já no caminho do feminismo, tô falando aqui do pai mala.

A1: Tu acredita que tem muitos assim?

C: Muitos não, são raros mas tem, já tem muitos que estão com a butuca aberta, assim tipo “o que que eu faço”, alguns já estão no caminho e a maioria é machista. Esses machistas, cara é isso, dá o seu jeito. É igual o antirracismo eu tava outro dia conversando com um casal de amigos e aí o antirracismo hoje ele é, ele está muito mais com gente porque é vergonhoso ser racista, se você escapa uma fala é vergonhoso, ainda não é tão vergonhoso ser machista, quando for vergonhoso aí os homens começam a mudar então assim, ainda é.

A2: Tem muita mulher machista, as mulheres também são machistas, então quando ocorre isso “aí não atende as necessidades, a culpa é tua, o casamento acabou por que não olhou pro teu marido, tu deveria ter priorizado a tua relação”, “vai te arrumar, ou arrumo um dia pra sair sozinho e fazer uma noite de casal” só que assim ó eu vou confessar, eu pensava assim “gente noite de casal? Eu que vou ter que organizar, aonde as crianças vão ficar, o que vão comer, entendeu? aí eu sair, vou ter que me arrumar aí eu chego lá né, enfim faço a noite de casal, volta tem ficar acordada toda noite, e quem que vai acordar amanhã com corre todo né, rolando, então assim preguiça né ?”

A1: Tesão 0.

C: Nossa gente eu sou tão rebelde, tão selvagem que eu nem, esse assunto assim pra mim é tão desumano, isso é desumano sabe? isso aí não deveria nem estar mais existindo, sabe? E existe obviamente né então é isso realmente assim, dentro da pergunta dele, meu amor , primeiro acorda pra cuspir já tira esse machismo aí, já vai dar conta já vai olhar. segunda fase

é a fase que você tá querendo ser feminista, e feminismo é igualdade, não é se diminuir, se enfraquecer, deixar só as mulheres crescerem, é igualdade então assim a partir do momento dessa pergunta aí eu já pressuponho que ele está no caminho de consciência.

A1: Ele tá, ele tá compartilhe conteúdo esperando que outros pais venham também né.

C: Maravilhoso, é isso está fazendo a parte dele.

A1: Exato, mais ou menos, eu acho que assim um dos cuidados aqui é a gente trazer também para compartilhar o crescimento dos homens nesse caminho, porque a gente já falou aqui sobre dados estatísticos até dos nossos perfis, o meu perfil quando comecei falar sobre maternidade, feminino, ele mudou completamente, baixou completamente os homens ou seja os homens não se interessam pelo assunto da parentalidade, da maternidade; e precisam se interessar, porque estou falando no lugar de mãe, de mulher, de companheira, de casada entendeu? Eu acho que a gente confunde um pouco a pauta, se ela é do homem, se ela é da mulher. Feminismo é de todo mundo, machismo é falta de todo mundo, racismo é pauta de branco e de negro, não tem isso, a gente segrega a pauta.

C: É, a gente se segrega, exatamente. E eu acredito que os homens, eles vão se interessar mais quando as mulheres começarem também assim poderá mais desse assunto, quando elas começarem a dar limite, quando eles precisarem se coçar para não perdê-las, quando eles começarem a entender que não tem mais jeito a não ser, é, trabalhar o machismo e ir em busca desse feminismo, então tem uma grande responsabilidade nossa que estamos fazendo principalmente falando das heterossexuais né, porque é aonde a gente mais dá força, o patriarcado ele está muito engendrado no heteronormativo, na heterossexualidade né, não que gays não façam parte do patriarcado porque tá todo mundo tomado. Mas enfim e como que ele perguntou, colabora com arrependimento materno, é isso abandono, falta de cuidado, estupro, violência doméstica, tudo isso é, ajuda a mulher a não conseguir se libertar, a ficar ali aprisionada naquele casamento né? A ela ter uma depressão profunda porque o marido é mais um filho e ainda um filho ruim, um filho que machuca, que bate e ainda dá um trabalho, pô faz besteira, trai.

A1: que é mais difícil educar né amiga, vou te dizer né tem coisas que não dá pra educar mais.

A2: É bem isso, no casamento ia tão tão tão também até nascerem os filhos, é porque aí ter mais um filho além do bebê fica bem pesado né.

C: E é isso, é uma construção social do homem precisar daquele cuidado (cantarola) todo homem precisa de uma mãe. Aí quando ele cresce precisando da mãe e aí a mãe é projetada naquela companheira né, já a gente tem que se virar nos 30 desde cedo e cuidar, cuidar, cuidar então... é diferente né, não que a gente não precise também da sombra de um homem pra nos preencher é diferente.

A2: É muito diferente.

A1: Temos nossos quadros aqui, é assunto que não termina, como é bom né a gente falar, a gente brinca que aqui é nossa terapia de toda semana sabe Karla, porque a gente vai tratando também né as nossas questões aqui e falar é muito importante, é muito reflexivo e acho que é muito evolutivo. Fale com a sua amiga, com seu amigo sobre esse assunto, que já vai melhorar.

A2: Assiste os episódios, e traz pro debate, é muito bacana né.

A1: Vamos lá Tatinha.

A2: Vamos lá, morde a língua então, tem alguma coisa que tu dissestes, ou que tu pensava antes de ter a Flor “ eu jamais vou fazer” e acabou fazendo?

C: Menina cê sabe que dos quadros aí que vocês me mandaram a única que realmente eu não encontrei foi essa, porque eu sou muito capricorniana sol e lua então por isso até eu pensei por isso que eu sou arrependida, porque era um nível de perfeccionismo muito grande, tem coisas que eu imitei que eu gosto, agora daquilo que eu disse que eu não ia fazer igual eu não fiz. Eu não consegui encontrar, pode ser que tenha mas eu busquei, busquei, busquei e não consegui encontrar, olha que eu sou honesta.

A1: Pode ser assim, ó tu tava grávida achava que ia ser uma mãe feliz e virou uma mãe arrependida.

A2: Pode ser.

A1: (risos).

C: Pronto, essa, achei, Shana achou pra mim pronto.

A2: Então agora já tem no repertório aí se tem alguma coisa né, a gente ouviu também vídeo dizendo aí eu achava que ia fazer cama compartilhada e nunca fiz, então tem isso também né que é oposto.

conversa sobre música que a convidada canta

A2: Meus 5 minutos de silêncio, não sei, não sei se tu conseguiste né quando ela pequena, ou talvez agora diante de tudo que tu falaste né enfim da tua realidade assim, mas se sim o que que tu fazia pra tu também chamar a tua existência, eu acho que esses 5 minutos são isso né?

C: É hoje eu tenho bastante minutos né, porque ela tem 12 anos e a gente tem uma, apesar de eu ser mãe solo a gente tem um acordão é, as minhas horas vagas eu faço faculdade de filosofia, eu medito, danço, malho, estudo, e trabalho né então tenho bastante minutos mas no início eu tinha 0, então quando me dava uns 5 minutos eu ficava parada olhando pro nada que era meio meditando mas assim não sei o que fazer, vou ficar parada, parada, não mexia 1 cílio, sabe assim? Que era o momento que eu tinha de dizer, aí já passou, e ia. Mas eu ficava parada olhando pra parede.

A1: (risos) muito boa. Surpresa de filho, aquelas coisas, aquelas falas, aquelas atitudes que te surpreendem, te matam de vergonha né? Aquela sinceridade da criança né na infância que é maravilhosa mas que às vezes constrange né?

C: Tem, não tem uma incrível. Uma vez a gente estava em uma lanchonete na fila pra comprar um suco, ela tava chupando o dedo, ela chupou o dedo até os 8 anos, ela tava chupando o dedo aí a pessoa de trás tava com cigarro na mão e falou assim, ahhhh chupando dedo? Que coisa feia uma menina grandona desse tamanho chupando o dedo, ela bem séria assim tirou o dedo da boca, olhou bem no olho da pessoa e falou assim “ cada um com seu vício, você fuma e eu chupo o dedo” (risos).

A2: Filha de Karla Tenório.

A1: Tá dando certo tua educação.

C: Totalmente minha filha, aí eu olhei e falei assim faz o movimento de erguer os ombros

A1: Só faltou ela fazer uma avaliação psicológica dizendo: na verdade a tua mãe não devia deixar tu chupar dedo daí tu tá colocando a tua fase oral no cigarro, já podia ter feito uma avaliação psicológica.

C: Não trabalhou bem na sua faz oral, a sua mãe nem enfim, então tu tá aí com sua mamadeira até hoje querido, pelo menos eu tenho 8.

A2: Vamos conhecer a Ana, a Ana não a Flor (risos).

A1: A Tati olha, Inae.

C: A Flor é inacreditável, a Flor é inacreditável gente, quem conversa com ela não acredita porque realmente o nível de inteligência emocional que ela tem, mas é isso desde sempre esse diálogo e muito autoconhecimento não tem jeito.

A2: Tô louca pra ver a carinha dela.

A1: Eu também.

A2: Vamos lá vamos pras fotos.

momento que são mostradas fotos da convidada com a filha

A1: Tem um quadro novo pra gente encerrar os quadros, que surgiu a poucos dias “que mãe tu és no grupo das mães”.

A2: Do whatsapp.

A1: (risos) essa pega de surpresa.

C: Olha não, eu realmente gente assim com toda humildade do mundo mas, eu sou a mãe que não se interessa pelas questões assim, eu sou muito dedicada, mas ficar em grupo de mães falando; eu estou sempre presente mas eu dou aquela pontuada, mensagem, mensagem, mensagem, mensagem, eu tenho sempre uma mãe parceira que me resume tudo tá? porque assim eu não tenho nenhuma condição mesmo, imagina eu sou a mãe arrependida, não tenho interesse por esses assuntos assim gerais entendeu? Eu já tenho uma desculpa própria, e aí eu

pego resumo, sou uma mãe interessada mas não gosto muito então assim, eu sou aquela mãe que está a serviço até certo ponto, porque tem mãe insana né que passa o dia inteiro, e eu trabalho, tenho faculdade, não tenho condições gente, não tenho, não tenho condições, mas sou dedicada.

A1: Eu quero saber o seu nome lá no grupo das mães é Karla ou é mãe arrependida que ninguém nem fala contigo (risos).

C: Não, é Karla, mas eu percebo uma coisa assim olha dá licença, mas é que aí eu falo não fica tranquila pode falar (risos).

A1: Eu sou arrependida mas eu estou tratada (risos).

C: É (risos) eu estou tratada, vou no psiquiatra está tudo certo, medicada, não me médico mas basicamente isso. Não tem uma coisa também quando eu lancei a peça que eu falei gente, botei lá no grupo e falei gente estreou a peça, vamos assistir e tal. Aí bota o flyer “mãe arrependida” (risos) aí todo mundo hahaha parabéns, boa sorte e ninguém foi ver, mas tudo bem.

A2: Elas com outro grupo pra falar da mãe arrependida hein, não sei, não sei tô deduzindo

C: Com certeza gente, imagina pô, numa escola então que muitas vezes assim, tem gente que já me olha com esse olho.

perguntas sobre a vida pessoal da convidada e propagandas

A2: Falamos em peso né, mas acho que sinceramente a gente conseguiu trazer esse assunto de uma forma, tocando claro com a sua seriedade, mas trazer isso pro entendimento né, esperamos ter esclarecido isso pra muitas mulheres, muitas pessoas que já te conheciam, umas que não, então vale a pena ir lá no perfil, é uma história tua né provavelmente pode acontecer com alguma amiga, com a sua família e que tu possa também dar esse apoio, estender a mão. Então muito obrigada Karla, eu adorei te conhecer, o papo foi lindo.

A1: Eu também.

C: Muito obrigada também Tati, Shana, é uma honra, foi um prazer assim eu estou nessa fase de falar sobre isso e agradecer a cada pessoa que pode ouvir pra expandir cada vez

mais a reflexão e é isso, não hesitem em pedir ajuda, não é frescura, se você não estiver bem peça ajuda, isso é a coisa mais importante e a culpa não é do seu filho e filha.

A1: Obrigada Karla, um beijo também pra Fê que nos deu a dica, ajudou ai com o contato da Karla, beijo Fê sempre nos ajudando. E eu quero te dizer o seguinte, que na verdade transformar essa conversa tão importante em algo leve, tirar o peso que ela tem é uma forma também da gente fazer as pessoas prestarem atenção e tu faz isso com muita propriedade, que és uma mulher muito corajosa né, abrir a sua maternidade, sua vida, sua intimidade pra compartilhar com outras pessoas, precisa muita coragem pra fazer. Muito obrigada Karla, um beijo pra ti e um beijo pra vocês né e a todos nossos parceiros Asun supermercados, com a Mor, verão aí né a Mor tem produtos pra toda gurizada, pros pais, pras mães e pra botar eles até na piscina.

(propagandas)

A1 e A2: Tchau, tchau.

Podcast 4: Amo meu filho mas não amo ser mãe (Podcast: aDiverersa)

P1: Olá ouvintes, aqui é a Luciana Barros e está começando mais um episódio do *podcast* adversa. Hoje vamos falar sobre maternidade, mas vamos falar sobre um prisma um pouco diferente. Mulheres que amam seus filhos mas não amam ser mães, isso é bem polêmico, é um tema que abarca muitos mitos, muitos tabus, e a nossa ideia é justamente mostrar para essas mulheres que elas não estão sozinhas, isso é muito mais comum do que você imagina. Quando a gente engravida né, tem filhos, eu sou mãe, as convidadas aqui são, a gente ouve muito algumas frases prontas do tipo ser mãe é meu melhor papel, a sua vida vai mudar para melhor, o sorriso de um filho compensa todos os desafios da maternidade. e isso fica gravado no nosso DNA estrutural e psíquico né. Mas a gente sabe que quando temos filhos mesmo a coisa não é bem assim, e hoje muitas mulheres se sentem à vontade para falar disso abertamente. Olha eu amo meu filho, aprecio estar com meu filho mas eu detesto ser mãe, não gosto de ser mãe, acho que é uma sobrecarga pesada e doida. Bom, para a gente falar sobre isso hoje, a gente trouxe aqui a psicóloga e psicanalista Daisy Silva. Daisy, bem-vinda, obrigada pela presença.

P2: Obrigada, Lu. Bom dia a todos. Obrigada por estar aqui fazendo parte disso. É tão importante que as mulheres trazem um peso e não falam sobre isso.

P1: Exatamente. Tem vergonha de falar algumas coisas. A gente tem que perder isso e saber comunicar o que a gente está sentindo. Temos também aqui a Gilmária Salviano Ramos,

que é historiadora. Faz pós-doc sobre feminicídio na UDESC. Bem-vinda. Obrigada, Gil, pela presença.

P3:Obrigada, Luciana. Obrigada a todos. Bom dia a todos.É um tema em voga, de super importância social.

P1: Isso aí. Temos aqui também a nossa editora executiva do ND Notícias, a Carol Oliveira. Bem-vinda, Carol. Tudo bem? Primeira vez aqui no podcast, né?

P4: Primeira vez. Bom dia. Obrigada pelo convite. É um tema tão... que a gente tem que discutir todos os dias. A mulher tá sempre sendo julgada por alguma coisa. Poxa, e ser julgada também por ser mãe. Então, obrigada pelo convite. Estou muito feliz.

P1: Eu que agradeço. E o nosso rapaz de ouro, nosso designer de som, piloto de avião, pai, tem bigodinho. É uma pessoa maravilhosa. Bernardo Castello, bem-vindo, baby.

P5: E aí, pessoal? Obrigado, Lu. Já te cortando aqui. Muito obrigado. E vamos ter um papo bem legal aí.

P1: Bernardo, que é pai. Aliás, é que todos somos, né? Dayse tem filho, Gil também tem, Carol também tem, eu também tenho, Bernardo também tem. Então a gente domina o tema, assim, ó, demais. Então você que não tem filho, escuta. Só escuta, tá bom? Gente, eu queria começar com uma pergunta pra todos, tá? Pra todas e todos. Como amar infinitamente a maternidade quando tudo parece que joga contra? A gente tem uma sociedade que não abraça as mães. A gente tem uma sociedade que acaba, muitas vezes, repelindo as mães de certos ambientes com seus filhos. A gente vê hoje o movimento Child Free tem umas coisas horríveis de pessoas que destilam ódio contra a criança, uma coisa bizarra. A gente vem numa sociedade que prega muito a questão da liberdade, do empoderamento econômico, de você ser bem-sucedida, de você poder viajar, de você fazer o que você quiser, e ter um filho te coloca num lugar extremamente oposto a isso, né? Você acaba não tendo mais liberdade, a sua vida econômica muitas vezes vai pro escanteio, a sua vida profissional também. Então, assim, é um dilema que é muito pesado pra gente decidir e encarar. Que vocês me falassem das experiências pessoais de vocês primeiro, de como vocês se viram nesse lugar. De, olha, agora eu tenho um filho, então eu não tenho mais essa liberdade, tenho uma pessoa 100% dependente de mim. Mas eu também quero ser a mulher que eu era antes de ter filho, né porque é que a gente conhecia, a gente tinha intimidade com essa mulher, e a mulher que é mãe, ela se transforma em muitos aspectos. Dissertem, como é que vocês se viram nesse papel. Dayse pode começar, por favor.

P2: Então, Lu, que pergunta, não? Capciosa. Joga tudo em cima, assim, né? A mulher, meu... A mulher, eu acho que tem aquela visão de ser sempre a que dá conta de tudo, né? Aquela mulher maravilha, assim, né? Ah, eu dou conta de ser mãe, eu dou conta de ser mulher, eu dou

conta de ser esposa, eu dou conta...É a sociedade sempre cobrando, né? De ter um corpo assim, de ser assado, de não surtar, né? E se tu acontece de fazer alguma coisa do tipo, tu é apontado o dedo pra ti, né? Eu vou falar de uma questão que aconteceu comigo essa semana, que eu disse assim, eu não vou contar pra ninguém. Então assim, essa semana foram às aulas, né? E eu, bem ocupada com 30 mil coisas na cabeça, né? Atendendo, sendo empreendedora, tudo. Eu disse, gente, a mulher da escola ligou pra mim e disse "Olha, teu filho, ninguém veio buscar ele" Aí eu disse assim, "gente, eu esqueci de pegar o meu filho" E eu falei pro cara do Uber, e o cara do Uber queria me matar assim, né? Tu já esqueceu? Aí eu disse, não, Deus, assim, gente, como assim eu esqueci? Voltou às aulas todas, sabe? E ela me ligou ali, uns 30 minutos, irrelevante, mas só que eu senti um peso gigantesco em cima de mim, eu disse assim, gente, como é que eu fiz isso? Mas eu não sou uma máquina, né? Eu sou um ser humano, né? E assim, é tanta coisa na nossa cabeça, é tanta cobrança na nossa cabeça, né? Que acontece, e se a gente se colocar nesse lugar de culpa, a gente não vive mais, a gente vive se fragilizando, né? E nós, mulheres, é o que mais a gente faz, né? E eu sou um ser humano, por mais que eu seja isso, aquilo, aquele outro, né? Eu também erro, né? E eu aceitar esse erro, né? É uma coisa que quase ninguém faz, né? De aceitar isso e trazer pra si isso. Por que eu esqueci?

P1: Por que aconteceu isso, isso, aquilo, aquilo outro, né? De mudança, de um monte de coisa, né?

P2: Da vida, né? E deixar, né? Porque não tem o que fazer, né? Eu vou ficar me martirizando? Não tem como, né? Aconteceu, né? E é isso.

P: Seguir em frente, o seu filho tá bem, chegou em casa vivinho, em segurança.

E quantas vezes, certo, será que minha mãe me esqueceu em tal lugar ou em outro lugar, mas só que não é feito isso tudo que a gente faz na nossa cabeça. A nossa cabeça sempre pergunta pros pacientes, como é que tu conversa contigo mesmo aí? Como é que é a conversa contigo? Não, tudo bem, errei. Porque a dor do erro, ela é certa, né? A dor que tu vai ter que passar, né? Mas o sofrimento, ele é opcional. Se eu ficar em cima do sofrimento. Eu não vivo a minha vida? Sim. Já tirei o curativo, já deu, já era.

P1: É isso aí. E você, Gil, como é que você se viu mãe nesse conflito?

P3: Então, eu acredito que para cada mulher é um desafio. É um desafio cotidiano. É um desafio de todos os dias, principalmente quando se trata de conciliar a carreira no seu trabalho. É uma carreira universitária que você sabe muito bem que isso demanda muito tempo da gente. E aí eu penso aí, eu penso a questão do porquê. Por que a gente se culpa? Só na fala da Luciana, na fala da Daisy, já percebi culpa. Por que a gente se culpa? Porque existe toda uma questão da naturalização da maternidade. Então vocês sabem que desde ali no final do século

XIX, início do XX, tanto na Europa quanto no Brasil, há essa sacralização da imagem materna. A imagem materna sempre vinculada à ideia da Virgem Maria. E aí eu lembro de casos que eu trabalhei de aborto, infância de 1960 e 1970 no estado da Paraíba. E aí eu lembro assim, como que três jornais daquela época classificavam aquelas mulheres como desnaturadas, mães que praticavam aborto com mulheres bestas feras, monstruosas, e por que essa ideia? Por que essas definições? Por que esse conceito? Justamente porque vai em contraponto essa imagem centralizada, então quando a gente se pega no dia a dia, no nosso cotidiano, nessa contemporaneidade com tantas coisas pra fazer A gente se pega, em termos de uma certa negligência de uma forma inconsciente, como a Dayse Acabou de citar um exemplo, a gente se culpa, a gente se responsabiliza. Mas a gente tem que entender que educar uma criança é muito difícil, né? E a gente vai acertando, vai errando tentando acertar. A gente acerta e muitas vezes a gente erra. E a gente vai aprendendo. E não há razão para a gente ter culpa, né? Ou a gente se sentir responsabilizado ou mal por aquilo que aconteceu eventualmente, como no caso desse exemplo da Deyse.

P1: Sim. E pra você, Carol, como foi a maternidade? Tem sido a maternidade? É uma relação de amor e ódio também?

P4: Comigo é, amor e ódio o tempo inteiro. Eu sempre quis ser mãe. Sempre quis ser mãe, sempre quis desenvolver esse lado da maternidade. Eu via muito como a minha mãe. Eu sou filha de pais separados, né? E assim, o pai não me rodeia longe. Tem minha família, tem meu filho e pode criar. Eu sempre quis ser mãe. E logo que eu fui mãe, eu me vi naquele desafio assim, e agora? Agora não sou só mais eu, né? Tenho um ser que me depende de mim 100%, tá? Ele precisa de mim, né? Não é o pai, não adianta. Quando chega assim, na noite, tu tá no primeiro mês ali com teu filho, Gente, eu juro. Eu já me arrependi de ser mãe, sabe? Porque eu me privei de sono. O meu marido acordava, mas não era o meu marido que ele queria, sabe? E foi indo, né? E foram meses assim, né? Eu me culpando, me culpava, mas sempre tava presente ali no meu filho. E hoje em dia... Mas aí, tu já consegue pensar de uma outra maneira, assim? Não. Ele precisa de mim, eu tô aqui, era o que eu queria, né? Hoje eu faço tudo por ele, né? Faço o que eu preciso tá presente na vida dele, eu tô. Hoje de manhã foi uma bagunça, né? Então, assim, cada idade... Eu tava falando pras meninas. Cada idade... Tu ama e odeia ser mãe, né? Com um ano tu não consegue dormir, com dois anos também não, com três anos não. Aí agora com sete anos, ele tá, parece, saindo daquela birrinha dele que ele tem e vindo pra ser mais menininho e entender o que eu falo. Então, hoje de manhã, gente, né? Vou dar um exemplo, hoje de manhã eu tô na rua. Ele tem uma bagunçada na rotina e ele não queria ir pra vó dele, assim, não, eu tenho que trabalhar. Ele fez uma história da mulher, assim. Joga o Fábio, vamo

que eu tenho que ir trabalhar. Ele pegou, foi feitinho. Então, assim, mas já passou. Só que eu tô me sentindo culpada, porque eu liguei com a mãe, sabe? Essas coisas acontecem muito.

P1: É, eu também sinto muito isso. Muito. Tá sendo bem difícil. E, Bernardo, você é co-papai, né? Você consegue perceber a sobrecarga da sua companheira? Ou você...

P5: Ah, definitivamente.

P1: Acha que vocês dividem?

P5: Não, não. A gente divide. Eu cuido muito do Levi também. Inclusive, é bem separado isso, né?

P1: Vocês têm atividades marcadas, assim? Tipo, você faz sua coisa, eu faço minha coisa?

P5: Eu trabalho, ela estuda. E ela estuda de noite, né? Então, de manhã o Levi é dela, né? Tipo, assim, até eu chegar do trabalho. Eu cheguei, eu tenho ali, né, esse limbo de tempo entre... até umas quatro, cinco horas, que aí ela começa a se arrumar pra faculdade e ela não quer mais cuidar dele, sabe? Mas a gente divide bem esse cuidado, né?

P1: E pra você também é uma relação. De amor e ódio?

P5: A verdade, tem horas que você fala. Assim, cara, o que eu fiz? O que eu fiz com essa criatura? 100%. Tipo, não dormir é um clássico agora, porque pra começar, esse é o meu drama no momento, tá, pessoal? Tipo, eu tenho a Débora, pra quem não conhece a minha esposa, ela é bem baixinha, assim, eu tenho quase dois metros de altura e sou grande, tá? A gente encontra uma cama meio pequena, assim, né? Antigamente, quando o Levi ainda dormia no bercinho, cara, ele ficava de boa ali, sabe? E a gente dormia tranquilo. Era aquele momento que, tipo, quando ele não estava acordado de noite, a gente conseguia dormir bem. Agora ele só quer dormir com a gente e eu simplesmente fico pra fora da cama. Porque ele pega ali um terço, a Débora pega ali os outros dois. Eu fico com o tapete no chão. Você vira o cachorro da família.

P1: Com certeza.

P5: E assim, é... Por que você não dorme? Tem um buço que eu também cuido, sabe? Depois pra ir pra noite. Eu não consigo... Sei lá, antigamente eu amava jogar videogame. Não tenho tempo nenhum pra jogar videogame. Eu gostava de desenhar, não tenho tempo pra desenhar. Mas assim, as coisas que eu consigo fazer com ele são muito legais. Por exemplo, ontem eu fiquei andando de bike. Cara, eu fiquei duas horas andando de bike com ele. Ele foi, tipo, maravilhoso, sabe? E eu acho que é isso. Cada vez mais... Por exemplo, meu filho tem um ano de idade agora, né, pessoal? Quanto mais coisas eu aprender a fazer com ele, coisas que eu posso fazer com ele, acho que a vida vai melhorar mesmo. E eu só tô respeitando esse meu

momento de, tipo, não ver meus amigos há dois anos e... Não ter mais vida social e tal. Eles entendem perfeitamente, sabe? Não, pode crer que vem, eu boto o pé. Só mandar uma foto da minha cara, assim... Não, já entendi. Não, já entendi, se vocês quiserem. E é isso, né? Cada etapa que vai passando, a gente vai vendo e... Tenta ver.

P3: Eu amo meu filho, mas eu preciso do meu tempo pra mim. Mas eu não consigo mais ter só o meu tempo sem ele. Ele vai estar sempre inserido com a gente. Então, aquela relação... É, porque o tempo, ele nunca... Depois que a gente tem filho, o nosso tempo nunca mais é nosso.

P2: Eu sinto muito. E isso é uma coisa que me pega demais, porque... Eu posso estar sem meu filho, posso estar com o pai, posso estar fazendo alguma coisa, mas a minha cabeça tá o tempo inteiro nele. Eu fico pensando, será que comeu? Será que está vivo? Será que bebeu água? Será que deu remédio? Então assim, é uma coisa que não acaba. E aí a gente se sente contada.

P4: Exatamente, né? Ai, meu Deus do céu, mas ele não pode, ele tem que tomar o remédio dele, tá lá com o pai dele, ele tem que tomar o banho dele e eu não tô lá com ele, porque a gente fica se sentindo que vai. Fica, e é uma coisa que é muito massacrante, pra mim é muito massacrante.

P2: Muito, sim.

P1: É uma coisa que me incomoda muito demais, sabe? E eu falo isso muito abertamente, até com amigas minhas, eu falo, gente, eu amo meu filho, meu filho é a coisa mais importante da minha vida, mas eu não amo ser mãe, definitivamente. Pra mim, é muito pesado. Muito pesado mesmo meu filho, eu sou separada. Então assim, a gente até tem uma Relação ok, ele é presente e tal. Mas eu fico com 70% e ele com 30%. Ainda assim, a carga é muito grande pra mim. E é bem isso, eu sinto muita. Falta às vezes ser aquela pessoa. Que eu era antes, entende? Eu sinto saudade daquela Luciana livre e tal. Mas enfim, é o que tem pra hoje, né? Agora a gente é livre. Até um certo ponto.

P2: Eu vou falar uma coisa bem importante. A falta. O sujeito... Ele vive em falta, né? Talvez se não fosse mãe, ia viver na falta de querer um filho. Ah, eu quero ter um filho, eu quero ter um filho, eu quero ter um filho. Mas aí teve. Preenche aquilo ali, né? Na psicanálise fala muito sobre isso, né? Aí tu acaba buscando a outra falta, né? A gente sempre vai atrás de alguma coisa, né? Sim, a gente é um sujeito que tem algum vazio dentro da gente que senão a gente não se move, não sai do lugar, né? Tem alguma coisa deixando incomodada, né?

P1: Sim.

P4: Por um novo, né?

P1: Sim.

P4: Tem o desconforto daquilo que é o antigo, né? O velho, né? Que tu vive no mesmo mês e nunca sai daquilo. E tem o desconforto que é o novo, né? Que sempre tá te movendo, indo, né? Caminhando, andando. E a gente vive nessa falta. E o B também falou uma coisa muito importante que é o amor, né? A nossa colega aqui também mencionou a Carol, né? Sobre o amor. A gente é movido pelo amor. Se a gente não tiver o amor mesmo, o inverso do amor é o ódio, né? Quando a criança faz aquela birra, quando a criança faz aquilo que fica testando a paciência, né? Sempre tem esse jogo de cintura, né? Mas a gente é movido por ele. Em tudo na vida, a gente é. Movido pelo amor, né? É, eu acho muito importante a gente naturalizar certas coisas, né?

P2: E assim, e deixar muito claro que quando a gente diz que a gente, como você deu o exemplo agora do amor e do ódio, tem muitas horas a gente sente raiva dos nossos filhos. Muitas horas, é que a gente sente muita raiva, sabe? Pelo grau de estresse que aquela situação te leva, como é difícil contornar aquilo, como a gente tem muito medo de tomar uma atitude que pode gerar um trauma. Eu sou a pessoa louca dos traumas, eu não posso falar isso porque senão eu vou travar de vicente. Eu não posso falar isso, mas às vezes não dá. Às vezes eu solto umas palavras, assim que nem eu falo, o selo do céu é uma criança de 2 anos e meio, calma. Porque é muito difícil. Eu acho que a grande questão, o grande desafio que a gente tem é poder falar sobre isso abertamente. Tem momentos que você vai sentir raiva do seu filho, você vai querer pegar ele, botar uma mochilinha e falar, vai. Porque eu quero um mínimo de tranquilidade, eu quero, sei lá, respirar. Mas que isso não se reverte num tipo, vou fazer mal ou ódio, ou sou uma pessoa ruim. Não, são coisas muito diferentes. Eu acho que esse é o grande problema. Quando eu falo isso pras pessoas, às vezes eu sinto raiva. A minha mãe fica chocada. Como é que você fala isso pro seu filho? Fala, mãe, mas eu sou um ser humano, tem vários sentimentos dentro de mim. E um deles é a raiva. E o meu filho, às vezes, me provoca raiva, né? Mas eu amo, eu nunca bati, eu não faço, sabe? Não sou incapaz de fazer qualquer tipo de... Então, eu acho que o problema tá nisso, né? Eu acho que as pessoas têm esse tabu de automaticamente limpar a raiva, que é um sentimento absolutamente normal e pertinente a todo ser humano, a atos maldosos ou raivosos, né? E são coisas muito diferentes, né?

P5: Sim.

P1: E aí, Gil, eu queria que você falasse pra gente, dentro desse contexto, porque a maternidade levou muito ao longo dos séculos, né? Há muitos séculos atrás, o filho não ocupava essa posição que hoje ocupa de demandar cuidado, de ser uma pessoa com direitos, uma criança.

Antes era uma coisa meio animalística ali, um negócio meio selvagem. Enfim, queria que você falasse um pouco dessa linha do tempo, de como a maternidade evoluiu ao que a gente vê hoje.

P3: Tem um historiador que se chama Carreca. Carreca é um historiador. E ele trabalha com a história da família. E aí ele vai mostrando como que no século XIX, no século XIX, a ideia que se tinha de uma criança, ele era um pequeno homem. Um pequeno homem e até um monstro. Até os 7 anos mais ou menos. E aí ele também vai colocando a questão de que, por exemplo, os pais não eram apegados aos filhos. Não existia essa coisa do amor, como que a Deysi contou muito bem. Porque as crianças nasciam e logo iam para as amas de leite, né? Elas passavam um grande tempo ali com as amas de leite. Acabava que as zonas de leite acabavam educando essas crianças também. À medida que o século vai passando, o Filipe Array vai pensando essa questão da própria relação dos pais. Então eles começam a ver a criança, ela se torna importante e amável quando ela é educável. Ou seja, quando ela tem uma certa idade, você pode educar essa criança. Essa criança que vai ser rebento da nação. Ao mesmo tempo, acontecem várias questões e várias revoluções, por exemplo, na Europa, na França, entre o período entre guerras. Há um investimento muito grande por parte do governo sobre a questão do bem-estar social. Começou-se a se dizer, o lugar de mãe de mulher é em casa, o lugar da mãe é em casa. Hoje a gente vê o contrário, o lugar de mulher é onde ela quiser. E naquele tempo, houve um grande investimento em relação da própria baixa, da natalidade, da mortalidade infantil, que era muito grande inclusive, desse investimento para que as mães procriassem. Há esse investimento pesado, levando a questão da procriação para a questão do sexo, ou seja, a mãe, ela nasce para procriar. E tem um texto muito interessante, não sei se vocês conhecem, de um autor, eu não lembro o nome, mas ele diz assim, o meu corpo não é um útero. E isso acontece hoje em dia, por exemplo, muitas mães que têm seus filhos, há uma negação desse ser mulher da própria sexualidade. Ou seja, é uma maternidade solitária. Nós temos a experiência de uma maternidade solitária, principalmente mães soltas, como a maioria de nós aqui. Porque acaba essa questão do tempo, que você colocou muito bem. A gente demanda muito tempo, são cuidadosos. Condicionando são tarefas educativas. Isso acaba que a gente fica assim, estressando. Então é muito mais natural esses arroubos de raiva. E a raiva, ela não implica a violência. Você pratica a violência. Eu lembro que muitas vezes eu falo com algumas amigas e digo assim Eu disciplino a minha filha. Quando é necessário disciplinar, não o sentido de bater. E elas dizem assim pra mim, mas a violência gera violência. Ora, a primeira coisa que a gente deve pensar é sobre o conceito de violência. O que você tá chamando de violência? Então você disciplina o seu filho, por exemplo. Dentro da minha rotina, como é pouco tempo, eu estabeleço rotinas pra ela também. Pra que ela tenha, inclusive, um senso de responsabilidade. Então eu

estabeleço vários momentos no dia-a-dia para que ela também possa crescer como um adulto funcional. Um adulto que tem senso de responsabilidade, que possa respeitar também o meu tempo. Como uma pessoa que trabalha e que estuda. Enfim.

P1:É, não é fácil. E Carol, como é que você acha que... A sociedade deve acolher essas mulheres, sabe? Sobretudo, acho que as mães solo principalmente, né? Porque a gente... Se bem que mãe solo é muito relativo, tem muita mulher que é casada e é mãe solo, né?

P5: Eu vou te dizer que, cara...cuidar sozinho de um filho deve ser um punk total, né?

P4:Essa visão da Lu é o que? É a visão que a maioria das pessoas têm dos sujeitos que tem hoje. É a visão que eu dou conta de tudo. Eu não preciso de ninguém.Eu não dependo de ninguém. Eu sou o suficiente. Eu sou o suficiente. Aí acaba que é a mãe que se coloca mesmo. Eu me dei conta do ser pai e do ser mãe. Eu tenho uma colega minha que fez um TCC sobre isso, a figura paterna. Na psicanálise, não... Tá perdendo essa figura, né? Não existe mais isso, né? Tá se colocando como dependente. Eu dou conta. Eu vou dar um jeito

P5:A minha experiência é total, assim... Tipo, eu e a Débora, a gente se apoia um no outro do jeito que dá.Porque a gente já sabia que ele não estava preparado pra ter filho. Então a gente dizia, ó, vamos devagar, ver como é que funciona aqui. Ó, se eu tô surtando, eu passo pra tia e aí eu vou dar uma acalmada e tu surta um pouquinho e aí eu já pego também, sabe? Porque senão, cara, eu fico imaginando, tipo, cuidar... Todos os dias, sozinho, de uma criança, tipo, ainda mais de bebezinha, assim, dois anos, um ano. Meu Deus, cara, aí sim, né? Aí o pessoal fica...

P2:Mas eu penso que, assim, é imensamente...Imensamente tu cuidar de um filho quando tem o teu marido do teu lado, do que com uma mãe solo. Porque, assim, eu acho que mãe não deveria julgar mãe, né? A gente vê ali na internet, no. Tribunal da inquisição, né?Que todo mundo vai ali, né? Poxa, mãe xingando mãe, né?Porque tá dando uma opinião que...Ah, é essa que a gente tá discutindo. Amo ser mãe, amo meu filho, mas não amo ser mãe, né? E a gente vê muitas mulheres criticando essa própria... Se mostrando de uma forma nas redes sociais e por trás é outra coisa, né? E eu acho que hoje eu sou uma pessoa muito transparente, né? Eu até nem... Coloco muitas coisas na internet, mas eu vejo a discussão assim, mulher xingando mulher, eu não acho legal. Mãe xingando mãe. Acho que a gente tem que se apoiar, né, voltando ali.Qualquer pessoa que tem filho sabe como é que é, gente.Uma pessoa que...

P5:Isso aí é o que eu tô falando um casal, digamos assim, que tem dois filhos pequenos, ou então uma mãe solo que tem só um filho, tipo assim, eles não podem também se cobrar tanto assim, porque pra pessoal que não tem filho aí, cara, isso é uma questão de tu estar sobrevivendo

já é bom, entendeu? Porque é muita coisa, gente Tipo, é pesado mesmo, entendeu? Foca em sobreviver que já tá bom, sacou? É chegar no fim do dia.

P1: Exatamente. É difícil educar.

P3: E em consultório a gente pega muito isso. O filho que tá reclamando de alguma coisa, pra reclamar. Em questão disso, né, eu tenho a minha analista, né, que eu vou, que a gente tem que ter, né, obrigada, né? E ela me disse, tá despreocupada com uma coisa que é do teu filho? Aí ele que vai tratar. Quando ele for maior, se ele tiver algum problema, aí ele que vai tratar. Então a gente já tá se preocupando. Como a Lu disse, eu sou cheia de traumas, eu não quero passar e aí eu fico pensando, né? Tipo, será que eu vou reproduzir traumas que eu vivi? Eu não gostaria. E eu tento fazer diferente. Mas, assim, o fazer diferente muitas vezes não tá dentro do nosso alcance, sabe? No dia a dia, né? Na vida, assim. Então...às vezes eu penso, às vezes eu falo de uma maneira mais grosseira com ele, assim, mais pesada. Eu falo, ai, meu Deus, não deveria ter falado isso. Daí já me vem uma culpa. Eu penso, como é que isso aqui vai... Esse dia vai reverberar daqui a tantos anos? Será que ele vai ter algum trauma muito grande? Ou ele vai ter que procurar... A gente já se preocupa com isso. É uma coisa, assim, sério. É um negócio fora da casa, assim. Pra mim é muito fora da casa.

P1: E isso é muito importante, a gente tá falando e tendo essa conversa, né? Como a Carol mesmo disse, posta na rede social isso, aquilo outro, a perfeição. Não existe. O Bernardo falando ali dá raiva dele, e eu lembro assim, do meu pequeno, com um ano e meio, eu com raiva dele, trancada no banheiro, contando até 10. Até a raiva passar. E ele batendo na porta. Então, assim, a gente é ser humano, né? Então, eu estou tomando meu lugar de adulto, né? Pra tirar emoção, inteligência emocional, né? Que é o que a maioria das pessoas não trabalham, não conseguem ter na escola, né? Tirando minha emoção pra depois, eu ir conversar com ele, falar com ele. Um ano e meio.

P2: Não, não se regula, né? Imagina uma criança... Ah, porque ele não obedece, ou ele... Eu fico assim... Eu fico quieta, assim, mas eu penso, cara, mas... Daí eu tento dar um toque pra algumas pessoas, sabe? Falar, mas eu fiquei muito pequena ainda, eu não tenho nem cognição pra conseguir entender o que tá acontecendo. A gente é o adulto da história, então a gente que tem contato a 10, se regular ali na nossa fúria, e aí voltar e tentar fazer a coisa que dá, né? De conversar, de... o nosso espelho, né? Ele vai se espelhar na gente. Exato, né? E crianças, elas agem por referência. Não é o que você fala, é o que você faz. Isso é muito mais importante do que suas palavras, né? Então, quando você vê que você consegue ser um reflexo legal pro seu filho de inteligência emocional, de conseguir dominar ali um pouco aquela raiva, aquela...né? Olha que exemplo legal que você vai estar dando pra ele também ser um adulto

mais funcional nesse sentido, né? Então...É bem isso, assim. Agora, a gente tem uma dificuldade que é também estabelecer certos limites com outras pessoas, né?A gente que é mãe recebe muito pitaco o tempo inteiro, né? De família, de mãe, de pai, de amigo... e isso também é uma coisa que irrita. Irrita muito, né? Porque se você não tivesse filho, ninguém ainda ia tá se metendo em dano na sua vida, né? Tipo assim, mas você tá ali meio que entre aspas vulnerável, você tá com uma criança que tem que educar e tal, então as pessoas se sentem muito à vontade pra falar o que querem. Como vocês lidam com isso?

P3: Eu tenho uma fala que é a seguinte. Ninguém sabe mais sobre você do que você mesmo. Ninguém vai saber o que é melhor pro teu filho do que tu mesmo. Não tem outra. E pior, né, se tu vai às vezes não. No que o outro aconselhou... Não é aquilo ali, porque tu conhece ele, tu tá no teu cotidiano todo dia ali com ele. Aí vem a fala do outro. Se a mãe não toma esse lugar de ser mãe da figura materna, não, é a minha responsabilidade. Ela acaba fazendo e pegando o caminho dos outros e vai levando o fim. Ou até nessa questão também, talvez posso falar um pouquinho mais sobre a sociedade, sobre a cultura, sobre o que eles vão impondo pra gente seguir regras ou leis que às vezes não é aquilo. Ali que serve. Né? É o que tu vive em casa, né? É o que tu passa pro outro, é o como ele te vê como exemplo, né? Mas tem tudo isso cobrando a gente, né? Faça isso, faça aquilo, faça aquilo outro. Não desse jeito. Sempre tem uma fala da outra, né?

P4:Dizendo como tu tem que agir com o teu filho, né? Sendo que é isso mesmo, tu que conhece ele. É aquela coisa do julgamento, assim, é... Ai, agora tu é mãe. Ai, é tão lindo amamentar, é tão mágico amamentar. Ai, tu vai lá e tu diz que não, não é bem assim. Aí as pessoas vão lá e te criticam. Não, mas tu tem que fazer isso, tu tem que fazer aquilo outro. Aí tu fala alguma coisa ah, como é que tu deve agir com o teu filho depois que ele amamenta? Ah, tem que fazer assim, tem que fazer assado. Tu sabe como agir com o teu filho desde quando ele nasce. É bem aquilo que tu falou mesmo, Deise. A gente vai saber. Se a criança tá lá chorando, gritando porque quer uma comida e a mãe foi lá e arrependeu, de repente deu até um... Um tapa, né? Vamos dizer assim, uma pomada. Aí vem o outro lá. Não, tu não pode bater na criança, né? Mas tu sabe como tu tem que agir com o teu filho.

P2: Essa fala da Carol me lembrou do contexto da psicanálise que ele fala, né? Como é que tu vai saber que aquela criança, ela tá com cólica? Ou o que é fome, o choro de fome. Ou o que é isso, ou o que é aquilo. Sempre vai ter a mãe, uma figura materna ali. Não necessariamente a mãe, pode ser outro sujeito. Que vai estar suprindo aquilo ali. Que vai saber o que ele não pede. O que ele não diz o que ele quer. E como é que a gente, até hoje... A Lu tem de 2,5, a gente tem de 7. O Bernardo tem um de um, né? E como é que a gente já sabe, já tem

uma intuição de que aquela criança, aquele nosso filho tá precisando exatamente daquilo aí, né? A gente tem uma coisa, uma intuição do que o outro precisa, né? E aí não é um de fora que vai saber, nunca vai ser, né? Faz bastante uso as palavras de vocês, porque cada experiência com a maternidade é única

P4: Se a gente tiver, por exemplo, mais de dois filhos, cada experiência, cada qual, vai ser diferente. Então, de fato, a gente sabe por conta da própria experiência que você tem, desde a gestação. Então, muitas vezes, quando o seu filho chora, você já sabe distinguir. Você sabe distinguir se o choro é de pirraça, se o choro é de fome, de dor, de incômodo, desconforto. Então, como que você vai aceitar que as pessoas opinem sobre o teu filho? Faz muito justo as palavras de vocês quando dizem que somos nós que sabemos como lidar com os nossos filhos, porque nós conhecemos muito mais do que aquele pai que é ausente, que no caso da gente que é separada, que pega só de vez em quando, esporadicamente, de mês em mês. Então nós conhecemos realmente os nossos filhos, portanto nós podemos lidar com essas experiências aí, únicas.

P5: Meu filho é direto assim, às vezes ele cai, só que eu vejo que ele não caiu e se machucou, sabe? Mas o bicho é bruto, gente. Ele se joga em cima de mim, assim, me machuca, sabe? Ele cai assim e começa a chorar, assim, um chorinho. Cara, eu nem olho pra ele, tá ligado? Eu só dou uma olhadinha e continuo o meu caminho, na minha vida, assim. Aí ele, cara, juro, sem se acariciar, ele vê que eu não fui lá, dá dois segundos, ele se levanta e para, assim, e vai embora. Aí, quando ele se machuca, de fato, é um choro que eu, tipo, ah, não.

P1: Você consegue diferenciar, né?

P5: Total. Eu sou que nem a Karol, cara. Eu sempre quis ser pai também. Então, tipo, quando a Débora, ela engravidou, eu até fiquei, tipo, meio... Caraca, e agora, meu Deus do céu! Aquela crise de ansiedade foi terrível esse dia. Mas depois eu fiquei tipo, cara, na real, velho. Ruim não vai ser, tá ligado? Eu sempre quis isso. Então foi bem interessante, mas ela também... Nossa, ela nunca quis ser mãe. Ela é uma mãe maravilhosa, tá?

P2: Mas é que uma coisa não exclui a outra.

P5: Ela nunca quis ser mãe, ela morre de saudade da liberdade dela. Ela odeia amamentar. Nossa, ela odeia amamentar, velho. Que terror! Só que assim, é... são processos e assim. Ela ama muito o Levi também, sabe? Então, no final do dia, tudo isso ela dá um sorriso. Tipo, pô, pode crer, tô aqui, acabaram. Mas saudades, né? É a mesma coisa que a Lua, pelo que eu entendo que diz.

P1: É, e às vezes eu fico super feliz, porque o pai pegou. Aí eu vou ter um tempo pra descansar, pra ficar parada, apenas existindo. E aí, quando eu tô parada, apenas existindo, eu

começo... Nossa, que saudade do filho. Ai, cadê meu filho? Cara, isso...Deus, socorro! Onde é que ele tá? O que ele tá fazendo? Ai, cadê meu filho? E às vezes a gente fala, faça a louca, manda o mentor ir atrás dele, que eu tô com saudade. E eu podia estar aproveitando aquele tempo pra fazer qualquer coisa, entende? Então esse conflito de amor e ódio assim, sabe? Que é muito latente. Eu acho que é muito legal a gente falar sobre isso, assim, porque... É... é ok. Né? É ok. E se você virar e falar que você não gosta de ser mãe, também é ok, sabe? Porque a gente não... A maternidade é tipo um precipício, sabe?Tipo, a gente ouve muita coisa, escuta muita coisa e tal. Mas quando a gente tá ali na beirinha, você acha que você tá ali controlando o negócio. Mas aí vem alguém, a gente dá um empurrão e você vai. E é isso, você não sabe como é que é. É uma coisa que você aprende sendo, né? A gente descobre sendo. Por isso que é tão difícil, às vezes, saber se você quer ou não. Pra mim, isso sempre foi muito difícil, assim. Tipo, pô, será que eu quero ter filhos? Será que eu não quero? Nunca foi um grande sonho da minha vida. Tipo, ai, nossa, eu preciso ser mãe, eu só vou ser feliz. Não. Mas também não era uma coisa que eu não quero ser mãe. Eu também não tinha essa definição. E eu fui mãe no susto. Foi por acaso. E eu acho que é isso, assim. Tipo, outro dia eu li uma coisa que eu achei sensacional, que é... Bom, pra você que considera é besta ter filho, saiba que é a coisa mais maravilhosa do mundo. Pra você que não considera, saiba que é a coisa mais difícil, horrorosa, difícil, terrível do mundo. E é bem isso, né? É uma coisa que é... Eu acho que poucas coisas são tão... Como é que chama quando é... tipo yin-yang, sabe? Porque parte muito diferente, né? Uma coisa pra outra, assim. É muito doido.

P2:Eu acho que a tua fala traz bem essa questão do que não é dito, né? Que a gente não sabe, a gente não conversa com a nossa mãe, não fala sobre isso, né? Não tem esse outro lado do que vai acontecer. Aí a gente fica naquela coisa imaginando o que vai ser eu ser mãe. Meu Deus, será que eu tô fazendo certo? Aí tu fica ali cobrando o lugar da culpa porque tu não tem uma... Talvez uma conversa, uma referência da tua mãe de como era ser mãe. Porque se a tua mãe fosse clara contigo, né? E falasse não, realmente me dava raiva em certas situações, ou não, né?Tu ia dizer, não, isso aqui é normal. Ah, não, tá tudo bem. E é esse o lugar que tu tem que se colocar, né? Porque senão tu vai ficar nesse lugar de mãe de cobrança aí carregando tudo.

P3:Eu nunca perguntei pra minha mãe se ela gostava realmente de ser mãe, né? Até porque eu acho que ela tem 70 anos. A criação dela foi diferente da minha, né? Ela foi uma mulher criada pra casar, pra ter filhos, pra cuidar dos filhos e não pra se separar. Então, às vezes, eu sou totalmente diferente dela, né? Eu priorizei minha carreira, eu me formei, depois eu tive... Aproveitei muito a minha vida e com 36 anos eu fui ser mãe, né? Encontrei uma pessoa que,

não, esse é o cara que eu quero ter meu filho, né? E a partir dali, mas eu continuei priorizando a minha carreira, namorando, tive o meu filho, né? Hoje priorizo, né? Mas tenho ele inserido. E eu tenho um monte de culpa, às vezes, de priorizar a minha carreira, tipo de tá aqui. Se não tá lá com ele, sabe? Mas assim, poxa, esse é o meu momento, né? Eu tenho que ter o meu momento também. Se eu tivesse um tempo, se eu me organizasse para fazer isso, eu teria que ficar sem culpa e ele ficaria com a vó dele. Ele vai almoçar, ele vai pra aula, não preciso eu estar ali todos os dias. Se tem alguém disponível pra fazer isso, eu acho que é legal a gente receber essa ajuda.

P1:Essa é a tua visão? É legal perguntar pro Bernardo, como pai, né? Da visão de se colocar nesse lugar de culpa, será que os pais se colocam nesse lugar?

P5:Não, eu tenho que sair do trabalho ao mesmo tempo. Eles só saem? Não, calma aí. Quando eu saio, tipo, eu não tenho culpa nenhuma. Eu já fico um tempão com o Levi aqui, sabe? Eu ajudo muito também, sabe? Eu tenho certeza também que a Débora quando sai pra fazer, sei lá, ela não vai com culpa, sabe? Porque ela cuida de um monte dele também. E eu e ela, a gente é sozinhos, né? Mãe, pai, tipo, de vez em quando, pra salvar aqui os meus amigos aqui do Corrego, o Maurinho e o Sven, um salve pra eles. Ficam com o Levi, só que com a gente, sabe? Tipo, é raro, muito raro, deixar ele sozinho com eles, entendeu? Porque eu sei que dá trabalho, tá ligado? E, tipo, a minha mãe não tá aqui, uma vez também ela veio falar, tipo, esses negócios. Ah, não, porque eu acho que tinha que ser assim. Ah, vocês tinham que fazer essa aula. A gente falou, não, bicho, ela ficou brava e nunca mais veio. Ele só mudou o endereço. Meu Deus do céu, então a gente ficou muito tempo acostumado a cuidar dele sozinho, mas quando eu saio, eu saio. Quando eu não saio, com o Levi, né? Que também é outro rolê.

P4:Mas é diferente. O homem não foi programado pra isso. A gente foi. A visão da cultura, da sociedade.

P2: Essa é uma questão... O Segundo Sexo da Simone de Beauvoir, de 1949, ela traz alguns trabalhos ali fazendo referência a trabalhos sociólogos, né? Eles colocam justamente essa questão de quando começou isso, essa ideia social, essa questão cultural, que o pai tem que sair para trabalhar e as mães cuidarem dos filhos em casa. Ela vai responsabilizar a questão do trabalho, ou seja, a divisão do trabalho é que vai desencadear essa divisão sexual. Porque nós mulheres sentimos mais culpa, mesmo a gente trabalhando fora, tanto quanto os pais trabalham fora. Justamente por conta dessa ideia, dessa questão cultural que está dentro do campo da mentalidade, secular. Dentro das estruturas mentais não tem como a gente, de uma hora por outra, mudar. Embora a gente trabalhe muito mais do que eles. Porque a gente trabalha fora e a gente trabalha em casa. E a gente é responsável pelos seres e a gente tem culpa.

P5:É, eu falei, mas eu acredito que no geral, com certeza, os pais saem, sei lá, ainda chegam em casa depois e ainda saem de novo pra ir num barzinho beber ou fazer um happy hour e passa. Eu acho que isso é o normal, né? É, é.

P3:É, porque eu acho que é muito isso de... Os homens, eles... Embora a Gil falou muito bem, eles fizeram uma exploração histórica, né, da coisa. Mas o homem, ele nunca teve esse papel de ter que ter o cuidado, né? O homem não é... Nunca foi, ao longo da história, dada essa obrigação de cuidar, né? Tipo, o homem foi educado para ganhar o mundo. Pra ganhar guerra, pra ser o mais forte, pra ser o mais viril, pra ter dinheiro, né? E tal. E a mulher, não, a gente foi educada pra essa coisa do cuidar, do cuidar da casa, do cuidar do homem, do cuidar do filho, do cuidar... Então isso aí, não tem como a gente não... Mesmo que a gente quebre esse... A gente se leva, né? Fica cada vez mais letrada em questões de gênero e tal. Foi o que você falou, é muito difícil quebrar essa subjetividade. Porque é uma coisa que vem lá. E nunca vai mudar. A mãe sempre vai ter aquilo ali, sempre 100% presente com o filho. Porque quando acontece uma separação, a mãe é que fica com o filho. Não é o pai. São raríssimos os casos.

P1:São raros os casos. E a nossa preocupação nunca vai acabar. Seja eles com um ano, com dois, com 30, com 50, se a gente ainda estiver vivo.

P5:Você sabe uma coisa que eu acho. Interessante agora, levantando aqui? Eu não sei, eu me considero uma pessoa que cuida bem do meu filho, tá? Só que é muito interessante que a minha esposa, muitas vezes, agora a gente já meio que melhorou isso. Só que antigamente, tipo, até antes dele ter um ano, tipo, oito meses assim, ela achava que eu não cuidava tão bem dele, sabe? É tipo, cara, eu tinha que dar um, tipo, gata, tipo... Cara, eu cuido de um jeito, tu cuida do outro, entendeu? Não, significa que o meu é melhor que o teu, o teu é melhor que o meu, sabe? Tipo... E outra coisa, tu é a mãe dele, querendo ou não, tu vai acabar cuidando dele de um jeito diferente de qualquer outra pessoa, sacou? Eu não sei, o que vocês acham que...

P2: Mas o que ela apontava? Tipo, exemplifica. O que ela dizia? Por que ela achava que você cuidava não tão bem quanto ela? Que situação, você consegue dar um exemplo?

P5: Não, ou demorava pra dar comida, só que não demorava, tipo, eu esqueci. Não, não, tipo, tô fazendo aqui, só que tô fazendo meio mais devagar do que normal, não dá pressa pra Ou sei lá, o jeito que eu seguro ele, ele não tá chorando. Ele só tá segurando de um jeito diferente, sacou? Eu vou botar ele no meu ombro assim, ele fica tipo... Não sei exatamente. A fralda mal colocada? Exato, só que ele vai lá e faz xixi, ele não vaza, tá tudo certo, só tá tipo... E ele não tá reclamando, não tá amargado, só esse tipo de coisa, sabe? Isso é coisa de mãe. Meu amor, cara, cada um vai cuidar, e eu vou cuidar de um jeito. O avô dele vai cuidar de outro, a avó dele vai cuidar de outro, vai cuidar de um, sacou?

P3: Mas eu acho que é muito assim, ó. Muitas vezes a gente entra, quando a gente tá num relacionamento com filho, numa coisa de competição, assim. Tipo assim, você quer que o teu companheiro, entre aspas, sofra o que você tá sofrendo. Entendeu? É isso.

P5: Mas aí que tá. Eu não tô sofrendo.

P3: Não, mas a gente sofre muito mais, cara.

P5: Eu vejo velho, e por isso que eu tento sofrer junto.

P3: A única coisa... Não dá pra fazer, é amamentar. De resto, dá pra fazer exatamente igual.

P5: Eu sei, mas eu te juro que eu faço. Eu me esforço pra fazer. É isso que eu tô dizendo, só que assim... E outra coisa, o Levi, ele é doente pela minha mulher, minha esposa. Cara, ele fica seguindo ela pela casa, aí eu fico tipo, filho, aqui, eu tô aqui pra isso, entendeu? E ele vai atrás dela e ela tá fazendo alguma coisa, tipo, pega ele, Bernardo, pega ele, tenta brincar com ele.

P2: Eu acho que essa tua fala tem bem a ver com essa questão do outro, da figura matéria, de ela saber e entender, por mais que ele não fale, ela já sabe o que ele quer. E aí talvez é isso que a gente, mãe, faça o tempo todo, né? Até quando o filho, sei lá, já tem 30 anos e a gente ainda fica, né, tentando e olhando pro filho e imaginando o que que ele tá faltando ali nele, né? E tentando subir aquilo ali de uma forma ou de outra, né? E o pai não parte bem desse papel, né?

P5: Então, é que a gente, que nem o Gil falou antes, tipo, a gente criou uma rotinha pra ele, entendeu? Então a gente falou assim, ah, tem uma horinha que ele vai, aquela hora já é pra ele ir dormindo, ou já vai, aqui eu vou dar comida, aí eu vou dar banho. Só que, sei lá fora, esse negócio assim é meio violento, cara. Pela mãe dele, cara. Tá doideira. É ele ou é tu?

P1: Tás falando dele ou estás falando de ti?

P5: São os dois, né? Deve ser os dois. Mas aqui tem uma coisa de que a criança escolhe um adulto de referência, né? Ou não, geralmente. Ele gostou muito de mim também. Por exemplo, num casal ali, a criança... Pode ser o pai, talvez, por alguma razão, de repente, sei lá. Isso é mito ou é porque realmente tem essa coisa da mãe mesmo? Da criança estar sempre atrás da mãe.

P2: Eu acho que tem a ver com essa questão do outro, da falta, né? Dessa coisa do bebê não falar e da mãe já saber o que é. Dessa figura materna de saber o que é. O nosso instinto, né? É o nosso instinto mesmo.

P5: Eu tenho uma outra pergunta rapidamente, eu acho que é pra Deise, que tem esse negócio, tipo assim, pô, geralmente filho ou homem gosta mais da mãe, filha ou mulher gosta mais do pai. Eu vou andando e puxo assunto com todo mundo. Aí esse cara falou, não, pô, porque a minha filhinha, nossa, me adora muito, mas ele é, tipo, de mim, é mais da mãe dele. Tem esse negócio? Tem a ver.

P2: Uma boa pergunta, Bernardo. Tem a ver com a questão... É, o nosso pai da psicanálise fala muito bem sobre isso, né? Da questão do... Até do pai, né? Desse pai que a menina olha, né? Que tem alguma coisa que falta nele, né? Tem a ver com a sexualidade também, né? E de também, às vezes, pegar essa referência de... do pai ter isso e a mãe não ter, que é a questão do pênis em si, da sexualidade. E ele tem alguma coisa e a minha mãe não tem, a minha mãe vive em falta. Eu não quero viver em falta como a minha mãe vive, que vai estudar fundo a psicanálise, entende sobre isso, né? E aí ela olha pro pai e diz, meu pai sobretudo, meu pai é tal coisa, meu pai tem tudo. Que quando a filha vai ter um bebê, supera essa falta. Opa, eu também tenho alguma coisa aqui que supriu a minha falta lá, né? Que é um filho, que é um falo, né? Que fala da psicanálise, né? Então por isso que a mãe, que a criança, a menina olha pro pai com isso, né? E aí o menino já não. O menino, ele já tem, né? E ele olha pra mãe de um outro olhar, de uma... de olha assim pra ela, né? Ah, minha mãe vive assim, né? Deixa eu suprir isso aqui pra ela, deixa eu ajudar ela.

P5: Caraca, eu tô chocado.

P2: É importante pensar que não é no sentido da sexualidade como a gente pensa do conceito de adulto. É uma sexualidade, mas não nesse sentido erótico. É inconsciente.

P4: A proteção?

P2: Exatamente. Eu faço tudo pela minha filha. Do amor, eu quem educo, eu sou 100% ela ama o pai dela. Então, as vezes que ela está com o pai, ela ama, ela abraça, ela diz, meu paizinho querido, então percebo que existe um amor mesmo. E acho que tem a ver com essa questão da falta mesmo, né? Porque a gente faz tudo, mas ela ama o pai dela. E eu respeito isso e eu também corroboro para que ela o ame.

P3: Sim, sim, claro. Não é, tem que ser, né? A gente tem sempre que apoiar os nossos filhos em relação aos pais e mães, né? Porque... A gente vê muitos casos de abandono e alienação parental. E é muito difícil pra uma criança realizar que você foi abandonada, né? Isso é uma coisa que é muito duro. Então, enquanto a gente puder fantasiar alguma coisa, em alguns casos é melhor fantasiar mesmo, né? Tipo, papai não veio porque tá trabalhando demais. Ih, papai ficou doente. Ih, papai viajou. E aí, depois acaba, desculpa, você volta. Porque é muito duro pra uma criança essa dor do abandono, né? Eu imagino, assim. Complicado.

P1: E assim, gente, essa ideia de não gostar de ser mãe ou de não gostar tanto, de não amar a maternidade o tempo inteiro. Isso tem muito a ver com a questão da falta paterna, em muitos casos, e de rede de apoio, né? Vocês acham que se talvez as mulheres, de maneira geral, tivessem mais rede de apoio, tivessem pais mais presentes, né? No que eu digo, não só em presença, mas em realmente cuidado, em assumir a responsabilidade de cuidar tão bem e tal. Vocês acham que essa percepção seria menor? Vocês acham que tem a ver com a questão da falta paterna, em muitos casos o abandono mesmo? Com isso? Com a vontade da mãe de falar, meu Deus, não aguento mais, não quero mais.

P4: Eu penso que sim. Eu sou casada, tá? O meu marido, ele trabalha com turismo, né? Eu gostaria que ele tomasse mais, tivesse um pouco mais de preocupação. Ele é muito cabeça fresca. Mais preocupações do que eu tenho. Dividir essas preocupações, sabe? Ah, o João Fábio hoje não vai pra aula por isso, porque ele está doente. Ele é cabeça fria. Eu gostaria que ele dividisse as preocupações comigo.

P3: Essa fala da Carol me traz o quê? Na questão de quando tu vai escolher um relacionamento, né? Hoje eu tenho um esposo que graças a Deus eu acertei no processo certinho ali. Porque é igual uma empresa, né? Quando tu vai chamar um funcionário, tu tem que fazer o teu checklist. Ah, bateu, bateu aqui, bateu ali. Porque se aquela pessoa não é bem selecionada pra fazer aquele papel na tua vida, tu vai gastar o teu tempo no treinamento. Aí tu vai ficar ali demandando, pedindo do outro, pedindo, pedindo, né? Eu tenho hoje... O pai do Noah, do meu pequeno, ele faz muito parte da vida dele. Ele é um pai, literalmente. Mas eu ainda consegui selecionar uma pessoa na minha vida que teve critérios ao qual ele também consegue investir da mesma forma que eu hoje. Por exemplo, eu vim e ele já automaticamente deixa que eu leve ele na tua mãe. Então eu não precisei demandar mais do meu tempo. E essa participação, que tu não precisa pedir pro outro, tu não precisa ficar esperando do outro. Ou porque a mulher se coloca nesse lugar e já vai lá e já faz tudo. Não, deixa que eu faço, deixa que eu faço, né? Não, ele já foi lá e já levou. Ele disse, não pode ir, fica tranquilo, deu o café, eu levo ele. E é incrível. Daí que tem que achar, né? Uma pessoa que invista igual tu investe.

P1: Ah, mas aí é... ganhar na loteria tá mais fácil, né, gata?

P3: Mas existe.

P4: O meu marido, ele faz, né? Muitas vezes eu tenho que pedir, na maioria das vezes, né? Mas ele tem essa percepção. Só que eu queria mais, a gente sempre quer mais. Porque, né? Eu precisava de um tempo mais pra mim. Eu queria fazer uma academia, mas o meu tempo não tá me permitindo. Quer dizer, a minha fala que eu tô falando pro professor aqui não me permite.

P2: E você conversa? Você verbaliza isso pra ele e ele diz o que pra você?

P4: Ele fala que ele faz o que pode, que ele tem um horário também que não é um horário das oito da manhã até cinco da tarde, né? Ele está sempre trabalhando, como trabalha com turismo. Então, eu só queria mais ajuda. Eu falo pra ele, só queria que... Que partisse mais, né? Que partisse mais. Que é o mandado, que é fácil fazer o mandão, né? Faz isso, faz aquilo, já fez. Eu sou muito mandona, então, mandona mesmo, né? Então, é o tempo todo que o João fala, então, sou sempre eu que brigo dentro de casa, né? Eu fico muito brava com isso. Sempre eu que tô à bronca, sempre que eu tô à frente da bronca. Então a mamãe... A mamãe já era. O papai é legalzão.

P3: É!

P1: Ai, gente, isso aí... É um clássico, é um clássico.

P4: Isso me incomoda. É uma coisa que a gente já conversa bastante, mas é como ela falou, é treinamento, né. Assim, a gente não ganha na rotina, né.

P5: Mas depois a gente vê que, tipo, a mãe que, tá ligado, que me criou mesmo, de verdade. Porque o meu pai era legal, tipo, massa. Quem moldou o meu caráter, de fato, foi a minha mãe.

P1: E como as mulheres que não sentem esse encantamento pela maternidade podem lidar com esse sentimento? O que vocês diriam para essas mulheres? De como lidar mesmo, de como conseguir organizar os sentimentos, de você ter um filho. Muitas vezes é uma coisa que você sonhou muito, você quis muito e veio... E aí você fica assim, né? Tá, é isso aqui? Era isso aqui que eu tava sonhando? E como as outras pessoas podem acolher essas mulheres, né? Porque é muito difícil, né? A gente vê muito a questão de baby blues, né? Depressão pós-parto. Mas às vezes essas dificuldades, elas saem vida afora. Tipo, né? A criança cresceu, virou adulto, você ainda assim se sente cansado, você ainda assim sente momentos de raiva, de não querer, né? Tipo, de arrependimento. Tem muita mulher que você entende, que fala abertamente. Me arrependi, amo meu filho, adoro, cuido dele da melhor maneira. Mas se hoje eu pudesse ter voltado atrás, não teria tido. E isso já é uma culpa na gente, né? Em todo mundo, assim. O que vocês diriam pra essas mulheres?

P2: Eu acho que tem a ver com isso, né? Do que a gente tá fazendo aqui hoje, né? De tá fazendo a realidade, né? De não deixar no imaginário, né? Porque se tu ficar se colocando nesse lugar de mãe que vai ser perfeita, como a Gil citou, né? Da Virgem Maria, né? Quem não é esse? Imagens escravizadas, né? Não tem como. Perfeita, sim. E se tu se colocar nesse lugar, pronto. Tu não vai conseguir dar conta. Tu vai ficar imaginando. E não vai vir pra realidade e não vai viver a vida realmente de fato como ela é.

P4: E o conselho que eu daria pra essas mulheres é dizer que passa. Vai passar porque eles vão crescer. Então que a gente puder aproveitar com toda a sabedoria, todo o discernimento. Buscar conversar, ouvir as crianças. Sabendo que tudo isso passa. Assim como tem que passar daquelas primeiras fases. Vai passar, Bernardo, tá com a mana aí. Mas a gente também tem que pensar o que é que nós poderíamos fazer em termos de demandas sobre políticas públicas. A gente precisa de ajuda, a gente tá falando aqui de sobrecarga de trabalho, de tempo. E justamente por conta dessa sobrecarga, ela desencadeia depressão, ela desencadeia muitas vezes a violência doméstica, a intolerância. Então o que é que nós poderíamos pensar? E eu acho que isso é um espaço pra gente pensar também. Então, o que eu pensei quando eu fui convidada para esse podcast? Eu pensei assim, a regulamentação dos salários de babás. Nós precisamos de babás qualificadas. Babás qualificadas, remuneradas, assim como a gente já tem a regulamentação das empregadas domésticas. Mas também que essas babás tivessem uma ajuda de custo do governo. Porque, afinal de contas, nós precisamos também de ajuda e também precisamos desse trabalho. Ou nós poderíamos pensar na possibilidade de creches com psicólogas, com assistentes sociais voltadas para a questão da maternidade, com conhecimento sobre a maternidade, com relações de gênero. Até porque nós vemos configurações de maternidade diversas. Vocês sabem muito bem que, junto à mãe tradicional veio a mãe lésbica, é a mãe negra, é a mãe pobre, é a mãe adolescente, é a mãe prisioneira. São muitas realidades.

P1: Exato.

P4: É uma sexual que materna, a mãe genética, por meio da medicalização, da progressão assistida. Então são várias questões que nós poderíamos pensar. É claro que nós estamos falando aqui, vocês podem pensar, ah, mas isso é muito irreal. Mas a gente está falando hoje, quem sabe há 10 anos, há 20 anos. Há 50 anos, né? A informação, né? A gente diz que dá o curso para as mães, né? De como ter um filho, de que leis tu tá falando ali que tu pode ter, vou regular a luz no meu quarto, vou ter assim, vou ter assim. A instrução, né? E esse lugar que é tirado das mulheres, né? Muitas vezes tu fica imaginando que eu tenho que ser perfeita e se coloca no lugar da culpa.

P2: Uma vez eu escutei uma frase de uma mulher, eu li uma frase, na verdade, de uma mulher do Quebec, que ela dizia assim, antes eu tinha princípios, agora eu tenho filhos. Outra frase, né, de mulher, que ela dizia assim, que quando a criança nasceu, todos vieram ver a criança e a mãe não existe mais. Isso acontece sempre. É o apagamento da figura da mulher nos primeiros meses da vida infantil. Essas são questões que a gente tem que trazer. Acho que a informação é o caminho. Mas não somente a informação, a vinculação dessa informação também. Por parte de campanhas governamentais. A Carol falou uma questão interessante. Não

vai mudar, mas a gente tem que abrir rachaduras nessas questões acerca dessa maternidade compulsória, como diz a Elizabeth Bunt. Essa maternidade estrutural. Nós temos como fissurar, abrir brechas. E aos poucos a gente vai corroendo e produzindo novas formas de conhecimento. Mostrando, olha, isso que você entende como maternidade não é natural. Isso aqui é culturalmente construído. Isso aqui faz parte de interesses, de relações de poder. De poderes que escreveram sobre isso. Quem foi? Os médicos, os juristas, por exemplo.

P3:Homens.

P2:Homens, aquela máquina que a gente faz a homografia, né? E como é difícil. E aí eu penso, toda vez que eu vou fazer um exame de homografia, né, para as mulheres transgêneras, isso aqui só poderia ter sido criado por um homem mesmo. Não tem noção, né? Não quer ter um seio.Então, no final do século XIX, muitos médicos, né, eles colocavam essa ideia da maternidade, que o cérebro feminino, ele era regido pelo útero e pelos antares. Daí essa ideia, né, de que Dessa perfeição, dessa intuição. Ora, não se trata de uma intuição, mas de uma construção social, cultural E isso tem relações de diferenças, dependendo das sociedades, dependendo...Ou seja, se a gente pensar dos séculos nós pra cá, há avanços Claro que precisa de muito mais ainda, e nós estamos aqui pra tentar abrir um pouco dessas brechas

P1:E eu acho que cada vez mais as pessoas têm que, homens, mulheres, enfim, trans, pessoas de todas as... Toda a diversidade possível, pensar a maternidade como algo coletivo. Porque eu acho que o grande lance é que a gente ainda pensa a maternidade como algo muito individual. Ah, quem pariu? Matheus, que eu embale. A gente ouve essas frases... clássicas, né? E a gente não percebe que, assim, pra você ter uma maternidade plena, pra você criar uma pessoa, um adulto funcional, uma pessoa com caráter, com valores, bem construídos, etc Issodemanda toda uma movimentação, e não é a gente só, é a sociedade inteira, né? Aquela coisa da aldeia, né?

P3: Tem um ditado que veio do Colchete Africano que diz que precisa de uma aldeia pra criar uma criança E é bem isso, porque a gente tem trabalho, a gente tem... Hoje na sociedade moderna são muitas coisas e a gente acaba negligenciando muitas coisas em todos os âmbitos Com o filho conosco, com o trabalho, porque a gente tem 24 horas só num dia, né? Então como é que a gente vai dar conta de tanta coisa? Então, relações trabalhistas, né? Política pública de cuidado com as crianças, com pessoas capacitadas E a gente tem que começar a pensar que, assim, a gente vê no movimento cada vez mais mulheres não querendo ter filhos Imagina uma sociedade daqui a 100 anos, 200 anos, né? A coisa da perpetuação do poder.Como é que você vai perpetuar o poder? Quem é que vai trabalhar pra sua empresa se as mulheres todas não quiserem mais ter mais filhos? Porque, né, é cada vez mais difícil ter filho, né? De conciliar e

equilibrar tantos fracos. Então é uma coisa que a ponta não vai fechar em algum momento. Então vamos tentar, porque quem quer manter o poder vai ter que se movimentar nesse sentido. Porque as mulheres têm que parar de ter filho. E aí, como é que vai ficar o legado?

P1: E essa fala dela é interessante porque questiona as mulheres que querem ter mais do que um filho, dois, três. São aquelas que estão lá no lar. São aquelas que é o homem que é provedor. Tem maior poder adjetivo até. São essas. É totalmente diferente da sociedade na qual a gente vive hoje, né? Que a mulher tem que ser aqui, tem que ser aqui, tem que ser aqui. E Bernardo... Como você... Quando você vê outras mães agindo diferente da Débora, com teu filho e tal, como é o julgamento dos homens? Os homens julgam muito? Mães também? Homens de fora? Tipo, você vê seus amigos, a bolha dos seus amigos e tal, julgando mães pelas atitudes ou tipo uma coisa que adora seu filho ou dela? Não tô nem aí. Diferente das mulheres, né, que acabam...

P5: Na minha bolha ninguém nem se importa. Geralmente o rapaz ela tá falando de futebol, jogo. Que nem tu falou ali, a mãe vai lá e dá um tapa na mulher. Mas geralmente os caras que eu conheço, tipo, tá, beleza. Continua a vida dele, tá ligado? Ela tá educando o filho do jeito que ela acha, tá ligado? Não vou dizer como a mãe deve educar o seu filho, sacou? Claro, se tá batendo na criança, provavelmente alguém vai falar, pô, que isso? Só que, ou sei lá, a criança tá chorando, sabe? Tipo, esperneando, e a mãe tá aguentando a bifa, tá ligado? Esperando passar, uma coisa que acontece, né? Sei lá, eu acho que a maioria dos homens vai olhar assim, tipo... Nossa, velho, que chato, se tipo... Que criança chata, dá um jeito nesse menino. É, ou isso, ou tipo... Nossa, que droga essa situação de ter que ficar escutando esse choro, mas tipo... Não vou pensar, tipo... Aí, como tu deve educar também, tipo...

P4: A mãe, ela já se coloca no quê? Já diz assim, ó... Ai, podia ter... pode ser eu, né? Ai, eu entendo o que ela tá dizendo. Ou então, eu vou fazer alguma coisa pra ajudar. Ou você vai lá e fala, quer que eu pegue? Olha como a construção... É ajuda. Como a construção dessa coisa de criar outros seres humanos é uma coisa que os homens realmente não estão sentindo.

P5: Isso não é problema meu agora. Não é problema meu. Obrigado pelo isso. Se for um problema meu, aí eu começo a pensar nisso. Se começar, né? A gente começa. Deixa que a mãe toca o barco.

P1: Mas é esse lugar, a mulher, a mãe, ela se coloca. O pai, o homem já não. Nem tanto assim. Mas ao mesmo tempo que a gente vê muitas críticas de mãe com mãe, a gente vê muitas mães... Muito apoio. Muito apoio, sabe? Vamos dar um exemplo, uma criança tá ali, ah, tu tá atravessando a rua, a mãe tá distraída porque tem dois segurando, daí tem outro ali, já vai na

cata, sabe? Tem essa história, assim, de poder pegar e também tem essa proteção entre mães, né?

P2: Sim.

P3: Essa rede de apoio é muito importante. Então, na hora de ter um filho, eu acho que a gente tem que pensar nessa rede de apoio, né? Em tudo que tu vai planejar pro teu filho. Muitas vezes o filho não é planejado, mas assim, tu tem que contar com. Uma rede de apoio. Tu tem que ter um filho e ter isso. Porque eu vejo que não é à toa, né? Eu costumo... Eu não vou julgar, né? Tem muitas mulheres que têm depressão pós-parto. É aquela coisa assim, ah, vou jogar meu filho na parede. Tem mãe que faz isso mesmo. Claro que eu vou condenar uma coisa dessa. Claro, eu vou condenar uma coisa dessa.

P4: Mas também, ela não é... Vamos lá. Vamos descobrir o que é. Essa rede de apoio, de entender, de compreender o que é uma maternidade pra mulher. É que mais vale tu colocar um rótulo e... Não, ela matou o negócio do filho. Vamos pegar essa pessoa e vamos tirar tudo que tem dentro dela pra descobrir o que é. É mais difícil. Que é bem isso. Eu acho que quando tu és mãe, independentemente se tu ama ou se tu odeia, tu é mãe. Se tu não é mãe, tu é monstro. Tu pariu uma criança, tu não cuida do teu filho, então tu é mãe.

P2: Mas eu acho que mãe, mãe na essência, sempre vai ter aquela... Não, mãe é mãe. A gente sempre vai chegar nisso, né? Que é ela quem cuida, é ela quem... a confiança. Eu vejo assim, né? Eu quero que meu filho um dia chegue pra me ensinar. Mãe, eu posso contar contigo? Eu sempre falo pra ele. Filho, tu sempre pode contar comigo. Sempre pode contar tudo com a mãe. Então, no fim, a gente acaba se apoiando, né?

P2: Tem muitas coisas que estão por fora, mas a gente se apoia, né? Como mãe. Então, rede de apoio é o mais importante. É muito importante. Muito importante.

P1: Gente, nosso papo tá chegando ao fim, infelizmente. Eu queria agradecer muito a presença de vocês. Espero que a gente tenha tocado o coração dessas mulheres que podem estar meio angustiadas nesse lugar de tenho filho, amo filho, mas não amo ser mãe, me arrepiou. Que é isso, né? Eu acho que é uma coisa que todas nós passamos, né? Eu acho muito difícil alguém que tenha uma maternidade 100% colorida e linda e bela o tempo inteiro, essa pessoalmente, com toda certeza. Saiba que eu faço pessoalmente pra você, porque é isso, são altos e baixos, né? Maternidade é isso, é alegria, frustração, alegria, frustração, dor, felicidade, amor, alegria, frustração. E é isso, a vida é essa, na verdade. Queria agradecer mais uma vez, B, obrigada pela presença. Obrigado! Carol, primeira vez aqui no *podcast*. Obrigada, Carol. Obrigada pelo convite. Adorei conhecer as meninas, conversar com vocês aqui, trazer um pouquinho do que é ser mãe, né? E é isso. Eu espero que a gente possa ter contribuído pra elas. Com certeza. Gil,

obrigada também pelo seu conhecimento, seu embasamento histórico. Foi muito rico. Obrigada pela presença. Obrigada, meninas. Esse grupo é potente aqui. Maravilhoso. E Daisy, obrigada também por ter vindo. Explanar um pouco a questão psíquica da coisa, que é importante. Valeu mesmo, mais uma vez.

P2: Fico muito feliz. Como sempre, trazendo esses temas que são muito importantes pra nossa sociedade, né? E coisas que não são ditas. Porque se não são ditas, fica no imaginário e a gente se coloca naquele lugar de culpa, né? Não tem jeito.

P1: Não tem jeito. É isso, gente. Muito obrigada e até o próximo episódio.