

Descubra se Sua Filha tem Síndrome de Electra

A Síndrome de Electra ocorre quando a menina, entre 3 e 6 anos de idade, desenvolve um afeto excessivo pelo pai. Isso faz com que ela entre em competição com a mãe, considerando que precisa disputar atenção da figura masculina.

Em alguns casos as meninas podem verbalizar o sonho de se casar com os pais. Se não resolvida, a Síndrome de Electra pode desencadear problemas relacionais na vida adulta. Mas a tendência é que antes dos 7 anos a menina supere essa fase naturalmente.

Descubra se sua filha tem síndrome de Electra

É normal que em algum momento da infância as crianças em geral demonstrem mais apego a um dos pais. Isso tende a ser passageiro e leve, de modo que não cause desconforto em nenhuma das partes.

Mas, há um caso chamado de Complexo de Electra que, embora comum, requer um pouco de atenção. Ele ocorre quando meninas entre 3 e 6 anos se apegam furtivamente ao pai e acabam desenvolvendo algum tipo de rancor ou desconforto em relação a mãe.

Há também situações em que a menina sente necessidade de disputar com a mãe pela atenção do pai, não identificando claramente que a mãe não é uma adversária e que a relação da mãe com o pai, não interfere no amor dele em relação à filha.

Mas, por que será que isso ocorre? É grave? Responderemos todas as suas perguntas sobre a síndrome de Electra no decorrer desse texto.

Entendendo a Síndrome de Electra

Durante a infância a criança passa por diferentes fases. Você já deve ter ouvido alguma amiga dizer algo como “eu carreguei por 9 meses e ela gosta mais do pai”.

Embora seja algo com um tom de piada, pode acontecer, sim, de meninas se sentirem muito mais próximas dos pais do que das mães durante os primeiros 3 até os 6 anos.

Essa é a síndrome de Electra. Ela faz referência a personagem mitológica de mesmo nome cuja história se desenrola a partir do assassinato do pai, Agamenon, pelas mãos da amante dele que era sua mãe. Com o ocorrido, Electra fica revoltada e acaba encomendando a morte da própria mãe.

A história serviu como base para que o psicanalista Jung desenvolvesse a sua teoria que culminou no que hoje chamamos de Síndrome de Electra, caracterizada pelo apego excessivo das meninas com seus pais.

A síndrome vem como um contraponto a outra síndrome, conhecida como Síndrome de Édipo, em que meninos são muito apegados às suas mães. A grande questão é que essa admiração e apego podem ditar o comportamento do indivíduo na vida adulta e é por esse motivo que pede atenção.

Ou seja, as meninas podem se relacionar com o sexo oposto considerando sempre a relação com o pai, e buscando essa figura paterna e os mesmos pontos que admira em seu progenitor de maneira inconsciente.

Diferenças entre Édipo e Electra

Os complexos de Édipo e Electra são sempre comparados. Basicamente um se opõe ao outro, já que o

primeiro se refere a relação de meninos com suas mães e o segundo de meninas com seus pais.

No entanto, há uma diferença crucial entre as duas situações. Meninos que desenvolvem a síndrome de Édipo tendem a temer o pai por enxergá-lo como uma autoridade arbitrária.

Dessa forma, eles muitas vezes escondem o afeto e apreço pela mãe com receio de serem repreendidos. No caso da Síndrome de Electra o comportamento é outro completamente diferente.

A menina, nesse caso, não teme a mãe e não tenta esconder seus sentimentos pelo pai. Muito pelo contrário, ela procura demonstrar isso e adota um perfil de competição declarado com a mãe.

Principais sintomas da síndrome de Electra

A síndrome de Electra pode ser mais facilmente percebida com auxílio de um psicólogo ou psicanalista. Porém, há alguns sintomas que os pais podem perceber no comportamento da menina antes de buscar ajuda. São eles:

- A criança se coloca sempre entre os pais para afastá-los;
- A menina sofre demasiadamente quando o pai precisa sair de casa;
- Frases que indiquem um sonho de casar com o pai ou morar com ele para sempre;
- Demonstração de sentimentos negativos com relação a mãe e disputa pela atenção do pai.

Embora esses sejam comportamentos normais nessa faixa etária, é importante analisar a intensidade das manifestações e se isso não está prejudicando a vida da criança, a sua interação e convivência social ou se ela se tornou muito dependente do pai.

Além disso, caso a situação perdure após os 7 anos ou caso piore de maneira expressiva, é fundamental buscar ajuda de um psicoterapeuta que possa orientar a família e acompanhar o caso.

Por que isso acontece?

A principal explicação para um caso de síndrome de Electra é que a criança está tendo o seu primeiro contato com uma figura do sexo oposto de maneira não saudável. O pai, portanto, se torna uma figura de extrema importância e relevância exagerada para ela.

De modo geral, a síndrome se atenua e desaparece com o passar do tempo, conforme a menina cresce e observa o próprio comportamento da mãe e de outras referências femininas com o sexo oposto.

No entanto, caso a mãe demonstre muita insatisfação com a situação, repreende a filha de forma severa ou mesmo seja muito ausente durante esse período, há chances de o problema se estender ou se agravar.

Isso dificulta a resolução e pode fazer com que a menina desenvolva um amor pelo pai que ocasiona uma síndrome de Electra mal resolvida. Segundo Jung e Freud, esse comportamento surge somente quando a menina se dá conta das diferenças de gênero.

Na prática, ao perceber as diferenças na forma com que o pai se relaciona com ela e na maneira como faz com a mãe, a menina passa a considerá-lo uma figura especial.

É nesse contexto que o afeto pelo pai aumenta e a menina passa a competir com a mãe por sentir que ela é uma ameaça, disputando por atenção e de certa forma tentando manipular a relação dos pais para que a figura masculina lhe dê predileção.

Síndrome de Electra é uma doença?

A síndrome de Electra não é exatamente uma patologia, mas pode se agravar a esse ponto, sim. No

entanto, especialistas explicam que o afeto pelos progenitores é algo normal e positivo.

O importante é prestar atenção se a síndrome se atenua e se a menina vai, aos poucos, controlando e medindo o seu comportamento conforme sua percepção de mundo se desenvolve no decorrer dos anos. Caso contrário ela terá dificuldades em suas relações amorosas, afetuosas e sexuais no futuro.

Dicas para lidar com o problema

A síndrome de Electra pode causar grande desconforto nas mães. É natural se sentir triste ao perceber que a sua filha parece ter mais amor pelo pai, e além disso ainda demonstrar que vê em você uma adversária - e não uma amiga que a ama incondicionalmente. Mas, para começar, tenha calma.

Não há uma fórmula certa para lidar com isso, mas algumas dicas podem ajudar mães e filhas a atravessarem por esse período sem comprometer a sua relação.

A princípio, tente não dar grande importância às declarações da filha sobre o amor pelo pai e insatisfações com você. Também procure não a repreender de forma severa por esse comportamento, a menos que alguma atitude dela seja exageradamente manifestada e comprometa a integridade física de si mesma ou dos envolvidos.

Outra dica interessante é tentar mostrar sempre para a menina qual é o papel do pai nessa relação. É importante ressaltar em diferentes situações que ele está ali para amá-la e protegê-la, mas que a mãe é a sua grande companheira, que podem compartilhar coisas e situações das quais a menina não participa, mas isso não diminui em nada o amor de pai e filha.

Outro ponto é encontrar formas de demonstrar que a mãe não é inimiga e não oferece nenhum perigo para a relação entre o pai e sua filha. Uma forma de fazer isso é manifestar claramente o sentimento de satisfação quando a menina está interagindo com o pai, deixando claro que você aprecia o vínculo e não tem intenção de interferir negativamente sobre isso.

Quando devo procurar ajuda?

É muito comum que após passar pela faixa etária de 3 a 6 anos a menina consiga enxergar claramente a importância do pai e também da mãe em sua vida, e assim pare de competir com a mãe por atenção.

No entanto, sabemos que o período de anos não passa assim tão rápido quando estamos lidando com situações estressantes, mas tenha paciência com a criança e demonstre seu companheirismo.

Lembre-se que você e o pai representam a parte adulta e responsável, e cabe a ambos educar e encontrar soluções para problemas como esse. Se o processo em si se intensificar a ponto de tornar a relação entre mãe e filha complicada demais, não hesite em buscar ajuda profissional para resolver o conflito.

Assim será mais fácil ajudar sua filha a lidar com as próprias emoções e até mesmo a [evitar frustrações](#). Fique de olho também na sua própria saúde mental e busque ajuda para si, se você considerar que a síndrome de Electra está lhe causando muito sofrimento.