



COLÉGIO NOSSA SENHORA CONSOLATA

INSTITUTO IRMÃS MISSIONÁRIAS DE NOSSA SENHORA CONSOLADORA

Av. Imirim, 1424 - Imirim | CEP 02464-200 | São Paulo - SP
www.colegioconsolata.com.br | consolat@colegioconsolata.com.br | (11) 2238.4848
f /Consolata Oficial



Por trás de uma criança difícil há uma emoção que ela não sabe como expressar

A criança que apresenta comportamento agressivo geralmente é a primeira a ser notada na sala de aula, geralmente é inquieta, age impulsivamente, procura atingir outras crianças, é desobediente, tenta ser dominadora, fala alto, interrompe e provoca os outros.

Muitas vezes, o ato de demonstrar agressividade na verdade é para esconder outros tipos de sentimentos como rejeição, insegurança, ansiedade, mágoas e baixa autoestima. É comum adultos reclamarem em casa ou com os amigos que não se sentem bem, que aconteceu algo que os deixou tristes ou com raiva, mas quantas crianças você já viu chegando em casa ou na escola e reclamando que naquele dia não acordou bem? Ou que aconteceu algo que os deixou com raiva, tristes ou indignados? Provavelmente sua resposta é nenhuma, porque a falta de entendimento dos próprios sentimentos e a pouca experiência em como lidar com eles, faz com as crianças demonstrem o que sentem de outra maneira, e muitas vezes essas maneiras são com comportamentos agressivos, e considerados muitas vezes, antissociais. Geralmente, pais e professores acreditam que algo interno faz com que a criança aja assim, mas na verdade é o contrário, é o meio ambiente que provoca a criança. O que lhe falta internamente é habilidade para lidar com o meio ambiente. A criança não sabe como lidar com a raiva e o medo, e agride o seu ambiente por não saber o que fazer.

A criança não passa a apresentar comportamentos agressivos de repente, esse é um processo gradual. Provavelmente, antes de expressar comportamentos agressivos, a criança expressou suas necessidades de modo sutil, mas os adultos geralmente não prestam atenção quando as crianças não exageram em seus comportamentos. Esses comportamentos agressivos considerados pelos adultos como antissociais, muitas vezes são tentativas desesperadas das crianças em restabelecer uma ligação social.

Muitos pais e mães se queixam que seu filho é difícil, que diante de uma emoção carregada de raiva, costumam desabafar de forma inadequada, tendo acessos de raiva, falando palavrões ou desobedecendo, mesmo que sutilmente.

Claro que nenhuma criança é igual à outra, e nós não conseguimos imaginar exatamente quais os tipos de necessidades podem ter essas criaturinhas que trouxemos ao mundo e desejamos tudo de melhor.

A emoção é fonte de energia humana, é a chave que deve orientar as crianças, primeiro, para compreenderem a si mesmas, e, depois, para entenderem o mundo.



COLÉGIO NOSSA SENHORA CONSOLATA

INSTITUTO IRMÃS MISSIONÁRIAS DE NOSSA SENHORA CONSOLADORA

Av. Imirim, 1424 - Imirim | CEP 02464-200 | São Paulo - SP
www.colegioconsolata.com.br | consolat@colegioconsolata.com.br | (11) 2238.4848
f /Consolata Oficial



Crianças difíceis costumam gerar um nível de estresse muito alto nos pais. Não é fácil e nem sempre os livros de autoajuda, a experiência que já temos com outros filhos ou as recomendações de outros pais conseguem nos ajudar. Seu filho, a criança difícil, é única e especial. A única coisa que ele precisa sempre é de compreensão. Na maioria das vezes, são crianças alto exigentes trancadas em seus “palácios internos” em espaços apertados onde não encontram portas abertas para expressar suas emoções. Hoje, portanto, convidamos você a refletir sobre isso.

A criança difícil e a emoção contida

Pense numa criança que teve um dia ruim na escola, quando chega em casa e seus pais perguntam o que aconteceu, ela responde de mal jeito. Diante disso, os pais decidem castigá-la deixando-a em seu quarto durante toda a tarde. O que ganhamos com isso? Nós resolvemos o problema? Claro que não!

A emoção bloqueada é como um espinho cercado por um muro de pedras. Se levantarmos mais o muro, o espinho ficará ainda mais escondido, por isso, o primeiro passo é retirar cada pedra desse muro através da comunicação e do afeto.

Se a criança difícil lhe impõe muros, não levante novas cidades ao redor dela, não descuide, não negligencie e não a deixe sozinha.

O processo para alcançá-las é complexo, mas tenha em mente estes aspectos prévios:

- Uma criança difícil nem sempre é o resultado de uma má criação. Você não deve se culpar e nem culpar ninguém.
- Algumas crianças exigem muito mais de nós do que outras, é da sua personalidade, do seu jeito próprio de ser e isso não significa que os pais fazem algo errado.
- Uma criança que dá, mas não recebe o que busca ou que não sabe como se expressar acaba frustrada. São muitas as vezes que elas mesmas se veem sobrecarregadas por uma miríade de emoções: é raiva que oscila com tristeza, com desgosto, às vezes tédio...
- Crianças difíceis exigem um maior nível de atenção, compreensão, apoio e até mesmo de criatividade por parte dos pais.

Temos de ser arquitetos de seus mundos fazendo-os seguros, onde eles possam se sentir confortáveis para expressar a emoção contida, permitindo-lhes o conhecer, para desabafar, para sentir-se mais livre e seguro, para percorrer da melhor forma cada um dos cenários que definem a criança em todo o seu ciclo de vida.

Como ajudar a criança difícil a canalizar suas emoções.

A criança difícil precisa, acima de tudo, da nossa atenção e de cada uma das estratégias que podemos lhe ensinar de forma criativa para atender suas



COLÉGIO NOSSA SENHORA CONSOLATA

INSTITUTO IRMÃS MISSIONÁRIAS DE NOSSA SENHORA CONSOLADORA

Av. Imirim, 1424 - Imirim | CEP 02464-200 | São Paulo - SP
www.colegioconsolata.com.br | consolat@colegioconsolata.com.br | (11) 2238.4848
f /Consolata Oficial



necessidades e para ajudá-la a gerenciar todo este mundo emocional que, às vezes, a transborda e a bloqueia.

Lembre-se de que a inteligência emocional não é uma característica, é uma habilidade e, portanto, é nosso dever como pais transmitir aos nossos filhos estas estratégias, esse aprendizado.

Observe os passos a seguir para educar as crianças difíceis neste campo, nessa dimensão, onde canalizar, onde dar forma e como expressar a emoção contida:

Sim para o poder do reforço positivo

- Se recriminarmos os erros de uma criança difícil, se a subestimarmos, ou se a reprendermos por suas reações, geramos nela ainda mais raiva e ansiedade. Lembre-se de que este tipo de criança, no fundo, é muito frágil e têm baixa autoestima.
- Use declarações simples como: “Eu confio em você”, “Eu sei que você pode fazer isso”, “eu sei que você é especial”, “Eu sei que você é um menino corajoso e é por isso que eu te amo”...
- Uma palavra positiva gera uma emoção positiva e a emoção positiva reforça a confiança.

Sim para a comunicação que não julga, não compara e não sentencia

Há pais que comparam a criança difícil com os seus irmãos ou com outras crianças. Isto não está certo, é um grande erro, comparado ao de iniciar uma conversa com declarações como: “você é um preguiçoso, você nunca escuta, você sempre se comporta mal...”

Evite este tipo de comunicação e siga sempre estas orientações:

- Não sonde, não interrogue. Descubra qual é o momento em que a criança se sente mais confortável para falar.
- Demonstre confiança, aproxime-se e compreenda. Cuide do seu tom de voz, isso é fundamental para se conectar com as crianças.
- A comunicação deve ser diária e contínua.
- Nunca ria ou ironize do que seu filho lhe contar. Para ele é importante, e talvez não será sincero se perceber que falta empatia de sua parte.

Sim para promover um equilíbrio interno na criança

- Ensine que cada emoção pode ser transformada em uma palavra, que a raiva tem forma, que a tristeza pode ser compartilhada para aliviá-la, que chorar não



COLÉGIO NOSSA SENHORA CONSOLATA

INSTITUTO IRMÃS MISSIONÁRIAS DE NOSSA SENHORA CONSOLADORA

Av. Imirim, 1424 - Imirim | CEP 02464-200 | São Paulo - SP
www.colegioconsolata.com.br | consolat@colegioconsolata.com.br | (11) 2238.4848
f /Consolata Oficial



é ruim e que você sempre vai estar do seu lado para escutá-la.

- Ensine a respirar, a relaxar, a canalizar suas emoções através de atividades específicas que a distraia.
- Ensine a aceitar a frustração, que o mundo não será sempre como eles querem.
- Ensine a ouvir e a falar com assertividade. Diga à criança que a sua voz será sempre ouvida, que tudo que ela diz é importante para você...
- Ensine a assumir responsabilidades, a cuidar de si mesma a cada passo e decisão que tomarem...

Fonte: *LaMenteesMaravillosa* traduzido e adaptado por *Psiconline*.