

Comportamento desafiador

As crianças pequenas têm a reputação de serem pouco razoáveis. Isso acontece porque elas sentem de forma intensa e ainda não conseguem controlar seus impulsos. Suas emoções intensas as levam a se comportar de maneiras difíceis: gritar, bater, jogar coisas e muito mais.

Algumas maneiras de lidar com esses comportamentos difíceis:

Mantenha a calma. Uma das coisas mais importantes que você pode fazer quando a criança está agindo de forma inadequada é permanecer regulado e calmo (veja o artigo *Autorregulação*).



Interrompa o comportamento. Por exemplo, segure a mão da criança e, com firmeza, mas sem agressividade, diga, olhando nos olhos dela: "Não pode bater. Bater machuca", com uma voz séria, mas calma.

Valide os sentimentos da criança. Diga: "Você está bravo porque Pablo pegou seu brinquedo. Tudo bem sentir raiva. Mas eu vou impedir você de bater. Bater machuca".

Dê opções. Diga e mostre à criança o que ela *pode* fazer. Ensine maneiras melhores de direcionar a energia dela. Se você interromper o comportamento da criança, mas não disser o que ela pode fazer *em vez disso*, ela continuará fazendo justamente aquilo que você quer que ela pare de fazer. Diga que ela pode pular, bater os pés no chão ou bater nas almofadas do sofá.

Procure padrões. Observe atentamente para perceber o que causa estresse na criança. Assim, você poderá prever quando uma explosão emocional pode acontecer. Talvez consiga perceber que a criança entra em crise toda vez que precisa sentar na cadeirinha do carro. Depois de identificar isso, poderá oferecer apoio. Você pode avisar 5 minutos antes. Ou ela pode escolher um livro ou um brinquedo especial para levar no carro e tornar a transição mais fácil (veja o artigo *Transições*).

Mostre o que aconteceu. Existem muitas consequências naturais para as ações. Explique o que aconteceu. Diga: "Quando você bateu na Carrie, a machucou e ela começou a chorar" ou "Quando você jogou o brinquedo no chão, ele quebrou".

Redirecione o comportamento. Ajude a criança pequena a expressar seus desejos de uma maneira aceitável para você. Ofereça uma alternativa. Diga: "Não jogue os blocos. Alguém pode se machucar. Você pode jogar estas bolas de espuma no cesto".

Algumas coisas que não ajudam:

Uma grande reação emocional do cuidador. Quanto mais chateado você ficar, maior a probabilidade de o comportamento continuar. Isso acontece porque uma grande reação, seja positiva ou negativa, chama a atenção da criança. Só isso já pode ser um motivo para ela repetir o comportamento.

Punição. Consequências aplicadas nessa idade ajudam muito pouco. Crianças pequenas ainda estão aprendendo as regras e como controlar seu comportamento. A punição pode ser assustadora para elas, e o medo não ajuda no aprendizado. Ou elas podem apenas rir ou sair correndo, já que realmente não entendem.

Envergonhar a criança. Quando uma criança pequena é humilhada por um comportamento que ainda não consegue controlar, ela apenas se sentirá pior. Sentir-se pior não melhora seu comportamento nem sua capacidade de autorregulação.

Negociar demais. Quando uma criança pode negociar com frequência, ela aprende que essa é uma maneira eficaz de conseguir o que quer. Ter regras consistentes ajuda as crianças a se sentirem seguras e protegidas.

Exigir um pedido de desculpas. Crianças pequenas que são obrigadas a dizer "desculpa" sem compreender totalmente o que fizeram de errado não aprendem com suas ações. Se você mostrar o que aconteceu, elas começarão a perceber as consequências de suas atitudes. Um dia, elas pedirão desculpas de forma sincera.

Comportamentos difíceis podem ser realmente desafiadores para os cuidadores lidarem. Procure seu Especialista HealthySteps se tiver dúvidas e/ou estiver enfrentando desafios.

ESCANEE PARA
MAIS INFORMAÇÕES

