



## Ter em atenção que...

- A capacidade cerebral para controlar os comportamentos agressivos depende da qualidade dos cuidados no período pré-natal e na primeira infância (0 a 5 anos);
- A primeira infância é um período crítico para aprender a controlar comportamentos agressivos;
- Crianças manifestam mau humor desde os dois meses de idade, sendo que a maioria dos bebés morde, bate ou puxa cabelos assim que consegue fazê-lo;
- Antes dos 3 anos de idade, a maior parte dos meninos e das meninas utiliza a agressão física. Estes comportamentos são mais frequentes entre os 2 e 3 anos de idade;
- As crianças utilizam a agressão física quando estão sob emoções fortes, como a raiva, ou, simplesmente, como forma de conseguir o que querem;
- Meninas deixam de utilizar a agressão física mais cedo do que os meninos;
- Meninas utilizam agressão indireta (ex., falar mal de um amigo) mais cedo e mais, frequentemente, que os meninos;
- Com o desenvolvimento de habilidades sociais e de linguagem, a maioria das crianças já não utiliza agressão física ao ingressar na escola;
- Os pais e o ambiente da criança desempenham um papel crucial na redução da frequência de comportamentos agressivos depois dos 3 anos de idade;
- A gravidade e a frequência da agressão é que diferenciam crianças que se comportam normalmente de crianças com um problema crónico;
- Características herdadas dos pais podem contribuir para explicar porque é que algumas crianças utilizam mais ou menos agressão na primeira infância;
- Punições extremas ou inconsistentes estimulam comportamentos agressivos, tanto quanto a ausência de disciplina;
- Rejeição por parte dos amigos e problemas de linguagem contribuem para a persistência de comportamentos agressivos na criança;
- Agrupar crianças que apresentam problemas só pode tornar o seu comportamento ainda pior.



## RESPOSTA IMEDIATA

- Detenha, imediatamente, o comportamento inaceitável, mas de uma maneira suave: coloque uma criança de cada lado e pegue-lhes na mão, deixando que vítima e agressor respirem fundo, consigo;
- Tente perceber, através de uma rápida observação o que poderá ter acontecido: perguntas zangadas conduzem frequentemente a respostas conflituosas ou mesmo a resposta alguma;
- Olhe diretamente nos olhos da criança que agrediu: por vezes, as palavras não são necessárias;
- Reconheça os maus sentimentos que provocaram a agressão, declarando imediatamente a seguir, e de forma clara, que as regras foram quebradas (“vejo que ficaste muito aborrecida por causa do amigo ter partido a lanterna, mas não lhe podes dar murros e pontapés”);
- Quanto menos falar, mais fácil será a criança ouvir o que tem para lhe dizer (“bater foi uma má escolha. Mais tarde falaremos nisso”);
- Restabeleça a paz, orientando as crianças para outra atividade supervisionada pelos pais, tal como preparar um lanche ou ler um livro em conjunto.

Ensinar é um desafio. Não há muita novidade até aqui.

Nunca se esqueça que ser criança exige muita paciência da nossa parte. Tudo o que é preciso é estar atento, disponível e ter sempre presente que cada criança tem o seu timing e que o desenvolvimento requer tempo e paciência. O ideal é aproveitar o processo e cada etapa desenvolvimental ao máximo, incluindo os desafios.

Embora não possa impedir a criança de se sentir frustrada, ameaçada, magoada ou zangada, pode ensinar-lhe como exprimir esses sentimentos de forma a não magoar as outras crianças.



### Saber mais...

Reichlin, G. & Winkler, C. (2010). O guia de bolso para pais. Editorial Bizâncio.

Em Abril... “Atenção positiva e elogio”



## “Bater e magoar outras crianças”



Gabinete de Apoio Psicológico (GAP)

Projeto “Pais curiosos”

Tel.: 231 416 085

Email: gap@cspo.pt

www.cspo.pt

## “O meu filho tornou-se agressivo: bate, dá pontapés e arranha qualquer pessoa. O que poderei fazer para resolver este problema?”



**Seja empático:** procure colocar-se no lugar da criança e ajudá-la a expressar a sua raiva. Se bateu num colega, procure ajudá-la a perceber que outras coisas poderia ter feito que não envolvesse bater.

**Seja paciente:** procure treinar a sua paciência nestas situações mais desafiantes: enquadre estes comportamentos mais impulsivos da criança como meramente desenvolvimentais. No entanto, isto não quer dizer que a violência seja válida. É importante estar atenta aos comportamentos e reações da criança, e ter em atenção a intensidade e frequência com que ocorrem.

**Não se mostre magado/a:** é normal sentir-se magoado quando a criança diz que não gosta de si. No entanto, procure enquadrar o comportamento e lembrar-se de que sabe que isso não é verdade. É nesta altura que a criança precisa do amor incondicional dos pais e que lhe pode dizer “sei que estás muito zangada neste momento e que é difícil para ti sentires-te assim. Mas quero que saibas que mesmo assim, a mãe/pai continuam a amar-te muito”.

**Evite rótulos:** as emoções não definem as pessoas, elas são passageiras. Usar determinadas expressões (“o meu filho é mau”, “ele é um terrorista”, “és impossível”) não só pode trazer consequências ao nível da autoestima, como irá, também, gerar mais frustração, que irá acentuar os comportamentos agressivos, uma vez que a capacidade de processar estas emoções continuará a estar presente.

**Esteja atento aos seus sentimentos/emoções:** antes de lidar com as emoções da criança na situação, é importante que esteja atento às suas próprias emoções na situação e que as procure processar e regular. Só assim conseguirá estar preparada para lidar com as emoções da criança.



- \* Evitar stress e manter a distância de cigarros, álcool e outras substâncias tóxicas durante a gravidez;
- \* Escolher um ambiente adequado que ofereça cuidados e estimulação eficazes para o bebé, contribuindo assim para o desenvolvimento normal do seu cérebro;
- \* Garantir que as interações entre crianças pequenas sejam supervisionadas de perto, por forma a garantir que as outras pessoas reajam de modo adequado à agressão da criança;
- \* Explicitar regras claras para desencorajar comportamentos agressivos, sejam eles físicos, verbais ou indiretos;

\* Encorajar a criança a expressar verbalmente as suas emoções e a desenvolver a sensibilidade relativamente aos outros e a capacidade de controlar a raiva;

\* Evitar punições autoritárias e excessivas, ou seja, aplicar punições adequadas à idade, que promovam a aprendizagem: ex., consolar a vítima, compensar por qualquer dano causado, pedir desculpas, entre outras;

\* Ajudar a criança a encontrar outras formas de obter o que deseja sem recorrer à agressão;

\* Verificar se a frequência de comportamentos agressivos é normal para a idade da criança;

\* Trabalhar com outros adultos para que tenham as mesmas expectativas e utilizem uma abordagem disciplinar consistente;

\* Verificar se a utilização de agressão é estimulada, justificada ou tolerada no ambiente da criança;

\* Verificar se o ambiente de atividades está adaptado à criança.



## Compreender, para lidar melhor!



Quase todas as crianças pequenas, uma vez por outra, deixam transbordar um comportamento agressivo, sendo que muitas vezes verificam-se agressões não só em relação aos colegas mas, também, em relação aos pais e/ou a outros adultos.

Quando as crianças se tornam hostis, a intervenção de um adulto é essencial, mas é importante compreender que muitos atos hostis são basicamente um reflexo do seu estágio de desenvolvimento. À primeira vista, pode parecer que o grande problema está no próprio comportamento agressivo, no entanto, o problema está na forma como tendemos a lidar com estes comportamentos e na dificuldade que sentimos em gerir estas situações. Os comportamentos agressivos das crianças pequenas são normais e estão dependentes da maturação cerebral que, obviamente, difere de crianças para adultos.

Mesmo crianças que, frequentemente, demonstram ser mais ajudadas, por vezes têm comportamentos agressivos. As crianças que têm uma personalidade agressiva requerem ainda maior supervisão, enquanto não aprenderem a controlar os seus impulsos. Também pode acontecer que, em vez de bater, a criança empurre, dê pontapés ou morda quem está ao pé ou a pessoa responsável pela sua frustração.

Um bebé quando se zanga ainda não tem controlo suficiente para bater, por isso só pode chorar e espernear. Mas, a partir do momento em que a criança começa a ser capaz de exercer algum controlo sobre as suas funções motoras e começa também a perceber que tem algum poder sobre o seu meio ambiente, percebe também que é capaz de bater e que, ainda por cima, isso até tem algumas consequências—embora nem sempre sejam as desejadas, mas a criança ainda demora algum tempo até fazer esta interligação. Bater não é algo pensado ou consciente, no sentido em que a criança, pelo menos conscientemente, não pensa que irá bater para conseguir algo mas é mais por impulso, um instinto que pode ser posto em marcha sempre que ela sente que pode estar a ser colocada em causa a sua integridade.

