

## **Birras na Infância!**

Quem acompanha ou já acompanhou o desenvolvimento da criança entre um e três anos provavelmente já passou pela experiência inesperada de lidar com momento de birra da criança. Tudo parece estar calmo e, sem que você perceba, a criança demonstra comportamentos de irritabilidade, agressivos e sem controle: se joga no chão, grita desesperadamente, bate a cabeça na parede, morde quem está próximo.

A birra pode ser considerada como uma resposta emocional que a criança expressa no momento em que se frustra. O modo como se comporta e a intensidade vai depender de criança e de como os responsáveis agem perante a birra.

Estes comportamentos podem ser considerados comuns no desenvolvimento do ser humano até os três anos de idade. Nesta fase de vida, a criança ainda não tem controle dos impulsos que sente e o expressa corporalmente. Sente-se frustrada e demonstra a frustração através do movimento do corpo: se jogar no chão, bater na pessoa mais próxima, entre outros comportamentos. Os cientistas do desenvolvimento afirmam que perto dos dois anos a criança passa pela adolescência do bebê, onde começa a se compreender como um indivíduo com vontades próprias e busca explorar o seu entorno. Se antes ficava no colo e era atendida pelos adultos, agora busca sua independência e próprias necessidades.

Afirmar que a birra faz parte do desenvolvimento da criança não significa postular que os adultos responsáveis pela criança devem ser permissivos com os momentos de birra. Os responsáveis devem educar as crianças a lidar com a frustração para que este comportamento não se torne normalizado pela criança durante o seu desenvolvimento. Por isso, alguns passos são importantes:

- 1- Demonstre segurança e controle da situação: A criança já está desesperada. Sentir a insegurança dos responsáveis pode fazer com que o desespero aumente e os pais cedam à atitude da criança
- 2- Converse com a criança em um local privado: Quando a birra acontecer em um local público, não chame a atenção da criança na frente das pessoas. Além de ser vergonhoso para a criança, ter um público ao redor significa ter mais atenção para a criança no momento da birra.

- 3- Não ceda ao pedido da criança: Se a criança percebe que toda vez que faz birra os responsáveis entregam a ela o que quer, a criança pode associar que, para ganhar o que deseja, precisa expressar comportamentos de birra.
- 4- Fique atento em como prever o momento de birra: Se você já conhece a criança e sabe as situações em que a birra ocorre, tente prevenir o comportamento. Exemplo: se este momento acontecer no supermercado, faça acordo com a criança antes de ir ao local.
- 5- Nomeie os sentimentos da criança: Auxilie a criança a compreender o que ela está passando. Muitos responsáveis negam o comportamento. Acolha o que ela está sentindo, mas ensine outros meios de lidar com o sentimento da criança.
- 6- Não converse na hora da raiva: Conversar longamente com a criança no momento da birra não é aconselhado. Alguns especialistas afirmam que ignorar o comportamento pode ser uma boa tática para que a criança não receba atenção enquanto está com raiva.
- 7- Seja um exemplo em como lidar com situações de frustração: Bater a porta da casa, falar alto com o companheiro, brigar no trânsito são comportamentos que as crianças observam.
- 8- Valorize as boas atitudes da criança: Elogie, qualifique os bons comportamentos da criança para que, aos poucos, ela compreenda o melhor modo de lidar com a situação.

Letícia M. Lindner-Psicologia Escolar- CRP 12/09832  
Centro Educacional Girassol