

"Como lidar com o comportamento agressivo das crianças?"



Artigo: Andrea Gonçalves
Equipa CLDS 4G - Castro Marim (Com)Vida

Quando falamos em agressividade nas crianças estamos a referir-nos a comportamentos diversos (violência física e verbal) que traduzem a dificuldade da criança em exprimir as suas emoções e resolver os seus problemas de uma forma socialmente adequada.

Os comportamentos agressivos são aprendidos pela criança essencialmente por imitação do meio à sua volta (amigos, adultos significativos, heróis, televisão) e o que ela faz é, em parte, fruto do que lhe foi dado a aprender. Não devemos esquecer que os fatores biológicos também contribuem para o comportamento e personalidade. Uma vez que a criança obtém aquilo que quer (seja a atenção dos adultos

e dos colegas, seja um brinquedo ou atividade), ela continua a utilizar a agressão como forma de expressão da sua vontade, de modo mais ou menos sistemático.

Para que a criança deixe de exibir comportamentos agressivos com frequência é necessário, por um lado, ensinar-lhe outras formas de se exprimir e de resolver os seus problemas e por outro incentivá-la a utilizar essas formas mais adequadas em alternativa à agressão.

É importante reforçar/valorizar sempre os comportamentos adequados da criança (elogiar, recompensar, acarinhar) de forma sistemática e também os seus esforços para melhorar. Ainda quando ela é agressiva, devemos dar-lhe oportunidade de corrigir o que

fez levando-a a pedir desculpa, ajudar o amigo/a, o pai ou a mãe.

Se a criança estiver numa situação em que está demasiado exaltada ou até o próprio adulto, é preferível criar um tempo (3 a 5 minutos) e um espaço para se acalmarem. Nunca se esqueça que constitui um modelo importante para o/a seu/sua filho/a, por isso exija de si mesmo/a o auto-controlo que lhe pede.

Em termos de desenvolvimento as crianças de idade escolar já começam a ser capazes de se colocar no lugar do outro, de pensar antes de agir, de avaliar as vantagens e desvantagens dos seus atos e de controlar as suas emoções. Ajude a criança nesta aprendizagem de perceber a influência que o seu comportamento tem nos outros.

Algumas ideias de coisas que os vossos filhos podem fazer para lidar de forma não agressiva com emoções como a tristeza, a frustração, raiva, medo e ansiedade:

- Ajudar as crianças a distinguir entre as várias emoções existentes, por meio de desenhos das expressões faciais de tristeza, medo e raiva ou exemplos escritos:

- Fico triste quando: não me deixam brincar, o pai ralha, a mãe está doente, fico de castigo, os meus amigos não me ligam...
- Fico com medo quando: vou ao médico, tenho um teste e não estudei bem, estou sozinho/a, vejo um filme...
- Fico zangado/a quando: jogo e perco, alguém grita comigo, estragam as minhas coisas, não me deixam fazer o que quero...

- Recordar às crianças que é bom falar dos sentimentos mesmo dos que são desconfortáveis pois ninguém vai ralhar por falarem de como se sentem e juntos vão encontrar uma solução para a situação.

- Estabelecer regras que sejam claras para a criança relativamente à forma de se comportar.

- Elogiar o bom comportamento das crianças pois da mesma forma que são chamadas à atenção quando são agressivas, também precisam de ser elogiadas quando se comportam bem.

- Dar exemplos de coisas que podem fazer sem utilizar a agressão como procurar um amigo ou um adulto para conversar ou pedir ajuda, pensar em coisas boas, contar até 10 e respirar fundo. Podem também fazer alguma atividade que gostem como dançar, brincar, correr, ler um livro ou brincar com o seu animal de estimação.



Afinal todas as emoções que vivenciamos em algum momento da nossa vida, são emoções naturais e não devem haver castigos com violência física pois violência gera violência.

Cofinanciado por:



Promovido por:

Projeto: