

BIRRA

Por volta dos 2 anos de idade normalmente as crianças adotam um comportamento de birra sempre que são contrariadas em seus desejos. Atiram-se no chão quando não são atendidas, e entre contorções, choros, gritos, o conflito está armado. Agem dessa forma, tanto nas situações mais banais como nas mais importantes, sem critérios de prioridades na realização dos seus desejos. Basta ter uma vontade que luta ferozmente para vê-la atendida. Os pais assistem a tudo atônitos ou irritados. Com frequência se questionam onde foi que erraram para que o anjinho de 1 ano se transforma-se num ditadorzinho aos 2. “O que foi que aconteceu com o meu filhinho?” Nada de anormal. **Simplesmente ele está crescendo, desenvolvendo sua individualidade, e percebendo-se uma pessoa distinta da mãe, com vontade própria.** Até o primeiro ano os pais costumam-se a conviver com uma criança passiva, extremamente dependente, que aceita as condições que lhe são impostas. Ainda não há um desenvolvimento psico-motor que permita-lhe explorar o mundo ao redor. Não anda, não fala, comunica suas frustrações principalmente através do choro, que prontamente é interpretado pelos pais como algum incomodo e procuram aliviar as sensações desconfortáveis imediatamente.

Próximo aos 2 anos, a criança descobre que pode falar, andar, manipular os objetos que deseja e resolver as coisas a seu modo. **Possui idéias próprias a respeito do que quer ou não quer fazer. Passa então a exercitar sua autonomia experimentando os efeitos de suas ações no ambiente.** Desafia as ordens recebidas testando os limites e autoridade dos pais. É uma fase de auto-afirmação transitória, que termina por volta dos 4 anos. Não se apavore! Enquanto esses anos não passam, eis algumas sugestões para evitar situações que gerem a birra:

- Guardar objetos de estimação por tempo determinado. Durante esse importante período exploratório, de 2 a 4 anos, a criança inicia sua compreensão do mundo exterior. É tocando, experimentando, que a criança desenvolve sua inteligência. **Manipular tudo o que está ao seu alcance, significa aprender, por isso não é aconselhável impedir a criança de ter inúmeros**

contatos com objetos, evidentemente, que não se partam e que não a firam. Para que não hajam conflitos desnecessários, recomenda-se que objetos de valor estimativo, caros ou quebráveis (bibelôs, vasos de cristal, etc.) sejam momentaneamente removidos para locais inacessíveis a criança, afim de evitar que a mesma quebre-os ou negue-se a entregá-los desafiando sua autoridade e gerando um conflito desnecessário.

Tem-se demonstrando de grande valia nessa fase uma gaveta devidamente preparada, de fácil acesso a criança, repleta de objetos que possa manipular .Renove-os com constância, a novidade atrai mais que o valor e complexidade dos objetos. Pode abastecer com sucata: revistas antigas, embalagens coloridas, papéis de embrulho, garrafas de refrigerante,(com o cuidado de remover a tampa que pode ser ingerida), roupas velhas, tampas de panelas, pratinhos de plástico, copos de plástico, enfim, qualquer objeto para a criança é uma fonte de prazer e conhecimento. Estes momentos costumam tranquilizar a criança e restringir as áreas de conflito.

- Respeite seu ritmo biológico
Não adianta tentar fazer uma criança raciocinar quando a mesma encontra-se sonolenta, faminta, cansada ou irritada. É conflito na certa. A insatisfação das suas necessidades fisiológicas tornam-na mal humorada e sem condições para compreender e atender as ordens dadas. O melhor permitir que ela durma, coma, descanse ou se acalme, para depois requisitar o que for necessário
- Ofereça atenção a comportamento desejável ao invés de ignorá-lo
Pelo ritmo estressante dos dias atuais, muitas vezes os pais esquecem de reconhecer e dar atenção aos comportamentos adequados da criança. **Tornam-se observadores minuciosos das atitudes negativas, mas desatentos as atitudes que desejam preservar no repertório de comportamento do seu filho.**
Exemplo: A mãe está conversando com uma vizinha , e a criança se aproxima e pede atenção de maneira gentil (Mamãe). A mãe não oferece e continua a conversa. A criança requisita-a novamente chamando-a já impaciente. A mãe continua entretida na sua conversa e não lhe oferece a devida atenção. A criança começa a falar alto e torna-se inconveniente. Diante da cena desagradável, a mãe imediatamente interrompe seu diálogo ficando atenta ao pedido da criança para livrar-se do constrangimento do acesso de raiva do filho diante da vizinha. “O que ela vai pensar?”. Então atende imediatamente o pedido para

evitar que a cena se prolongue e a vizinha tenha uma impressão negativa da criança e comente com terceiros, quando o correto seria decidir atendê-lo ou não quando a criança aproximou-se gentil e educada.

A mãe ensinou ao filho como ser insuportável. A criança introjeta que não é notada quando faz algo bom, ou seja, só é notada quando faz cena. Como sente necessidade de atenção, busca encontrá-la mesmo que em comportamentos inadequados, já que percebeu que são os únicos capazes de atrair imediatamente a atenção dos pais e a satisfação dos seus desejos. **Para a criança, é melhor ser notada mesmo que com raiva pelos pais do que passar despercebida.**

Sempre que possível dê sempre atenção ao seu filho quando ele lhe requisita, para não ter de fazê-lo coagido (a)!

Não deixe de elogiá-lo cada vez que apresenta um progresso, você estará demonstrando que está acompanhando com atenção todo o comportamento positivo.

- Dê carinho. Seja agradável e divertido
Sabemos que a função dos pais engloba inúmeras atividades, e o tempo para realizá-las é sempre escasso para supervisionar a execução das tarefas de responsabilidade da criança. **A maior parte do tempo dedicado a criança está relacionado a pedir alguma coisa a ela.** Exemplo: “Vá tomar banho”, “Guarde seus brinquedos”, “Recolha a camiseta do sofá”. É bem verdade que se faz necessário requisitar da criança a realização das suas obrigações. Porém é fundamental dedicar algum tempo **exclusivamente para estar com a criança**, e não solicitar nesse momento que faça qualquer coisa a não ser vocês **estarem juntos para uma troca de carinho**, com toques suaves, abraços, beijos, conversas amenas, brincando e rindo. Se o seu tempo com seu filho for muito pouco, talvez o esteja incentivando a adotar comportamentos inadequados para chamar sua atenção.
- Reserve sempre uns 20 minutos durante o seu dia para estar integralmente ao lado dele.
- Pergunte sempre como foi o seu dia **e se interesse pela sua resposta.**

- Observe se está triste ou alegre e diga que emoção notou nele. “Estou vendo que você está triste, o que foi que aconteceu?” Seu filho gosta de saber que você se preocupa com ele.
- Ouça sempre suas conversas por mais banais e desinteressante que possam lhe parecer. Desta forma saberá em que etapa seu filho se encontra e que tipo de situação pode estar tendo dificuldade no momento de enfrentar. **Essa é sua grande oportunidade de aproximar-se dele, e dar seu apoio , estabelecendo um diálogo que na adolescência será fundamental para afastá-lo das más experiências.**
- Fale sempre sobre suas qualidades e do quanto o ama.
- Invente brincadeiras com ele. Durante as atividades lúdicas a criança costuma colocar muitas emoções que inquirida tem bloqueios para relatar. porém, durante um jogo ou desenhando, pode comentar.

O que fazer durante a cena de birra?

- Procure manter a calma e avaliar o pedido que gerou a cena. Seu objetivo principal é mostrar que entende o acesso de raiva , ajudar a criança a nomeá-lo (estou com raiva, ciúme, medo, etc) e fazê-la refletir sobre o que pode ser feito. Eu sei que está com raiva por não levá-la ao parque, sinto muito , eu também ficaria zangado(a). Posso brincar de casinha ou ler uma estória, o que você prefere?”

Quando você demonstra que compreende a emoção do seu filho, e aceita-a dizendo que tem o direito de senti-la, mas não pode fazer a sua vontade naquele momento e oferece-lhe outras alternativas para escolher, a criança percebe que embora não tenha suas vontades prontamente atendidas, os pais se interessam pela sua opinião muito embora não a realize sempre. **Mesmo apresentando-se contrariada, ela vai assimilando que você não é manipulado pela sua birra e que tem calma para entender seus sentimentos, mas mantém sua posição.**

Se demonstrar aborrecimento ou perder o controle diante dela , você oferecerá uma arma pois a criança descobrirá como fazer para incomodar até conseguir atingir o seu objetivo.

Mais tarde, percebendo que o artifício não funciona, que não consegue irritar os pais, deixa de utilizá-lo na intenção de manipulá-los

Converse com a criança explicando porque não pode realizar o seu desejo.

- Diga-lhe que entende que está furiosa, mas não pode atender ao seu pedido que fica para uma outra ocasião. **Sugira em seguida algumas alternativas possíveis que não prejudiquem o ritmo da família, para que ela escolha.**
- Se a crise prosseguir com o cena mesmo depois das alternativas, você deve controlar-se, e dizer que **não pode entendê-la com todo esse choro, e que só voltará a conversar com ela se parar com a cena.** Pode ficar estático, sem falar nada, simplesmente observando e aguardando o fim da crise de fúria. A situação para a criança torna-se constrangedora e normalmente ela cessa o ataque. Depois voltem a conversar sobre o comportamento dela demonstrando que não gostou do procedimento. **Insista na explicação do que pode ou não pode ser feito, e quando você diz não é porque de fato não pode ser realizado.**
- Não prolongue seu sentimento de raiva para com seu filho (ficando emburrado, não conversando com ele, virando-lhe a cara, etc) afim de aplicar-lhe um corretivo. **Você só estaria ensinando-o a ter o mesmo procedimento com você e com os outros no futuro: manter a raiva mesmo após a situação sanada.** E como também somos passíveis de erros, quando falharmos provavelmente receberemos o reflexo da mesma amarga atitude de revolta que poderá ferir-nos profundamente num período complicado como a adolescência. Portanto **cuidado com o veneno das emoções negativas.** Livre-se dele o mais rápido possível e adote esta postura como meta de vida. **O ressentimento em nada corrige o comportamento de quem errou,** pelo contrário, só distancia as pessoas da boa conduta, por desencadear mágoas em ambas as partes e dar um exemplo de comportamento inadequado, que provavelmente será repetido pelo opositor.
- Mantenha-se firme na sua posição de não ceder e ofereça alternativas possíveis no momento (Eu sei que você não vai gostar, mas não podemos continuar brincando no parquinho

porque já é tarde .Temos que ir embora agora. Você pode escolher: jogarmos uma partida de vídeo game em casa , ou brincarmos de carrinho por 10 minutos. O que você escolhe?) . **Quando você disser um Não , ele deve ser mantido**, mesmo que a contra gosto, para que a criança tenha confiança nas suas posições. Um **não** que se transforma em **sim** transmite a criança uma mensagem dúbia, que gera problemas em seu desenvolvimento emocional e de comportamento. A criança fica apreensiva e manipuladora diante de um adulto inseguro em suas posições. que profere palavras sem convicção da sua possibilidade em mantê-las. Isso pode ser extensivo a tudo. Ela pode pensar , embora não verbalize: “Como posso confiar em alguém que diz –me algo e logo depois muda de posição diante de um pouco de pressão? Também pode dizer que nunca irá deixar de me amar e de repente por imposição de alguém , pode abandonar-me porque não agüentou a pressão exercida”. **Para a criança é mais tranquilizante ter suas vontades frustradas (desde que coerentemente explicadas), mas a firmeza das posições dos pais mantidas, do que pais fragilizados que não demonstram insegurança em suas convicções.**

- Não ridicularize nem diminua a criança durante o acesso de raiva. As vezes para interromper a cena constrangedora, os pais procuram ridicularizar o filho para atenuar a situação. Enganam-se. O efeito é devastador, tanto para a imagem dos pais diante da criança, como da criança para ela mesma. Vamos esclarecer melhor:

A imagem dos pais diante da criança

Como os pais são o exemplo de comportamento para a criança, atitudes de ridicularização serão repetidas pela criança para provocar os pais também durante suas crises, o que iria gerar um confronto violento entre as partes. A criança utilizaria do mesmo expediente para situações semelhantes. **Ao invés de ser compreensiva e colaboradora diante das dificuldades dos pais de conterem sua raiva, tornar-se-ia agressiva e irônica, da mesma forma que os pais se mostraram diante do seu acesso de raiva.**

A imagem da criança para com ela mesma.

Todos possuímos uma auto-imagem que regula nossos comportamentos de acordo com a mesma. Ora, se a criança houve os pais se referirem a ela de maneira a diminuí-la, ou ridicularizá-la (Você está igual a um bebê,! Chora mesmo, você fica tão tonto! Não vou olhar mais na sua cara de chorão!),irá acreditar nas palavras proferidas num momento de raiva, de maneira inconseqüente, como verdadeiras, e passará inconscientemente a reagir de acordo com elas, ou seja , se meu pai disse que sou tonto de fato o sou, e começa a ter atitudes impensadas.

Ainda resta o ressentimento que faz com que a criança não se importe se a sua conduta faz os pais sofrerem porque eles também não demonstraram entender o seu sofrimento no momento de raiva.

Uma das melhores formas de controlar o comportamento humano é através do amor que despertamos nas pessoas.

Seu filho tenderá a se controlar nas suas manifestações emocionais se o vínculo afetivo entre vocês estiver estreito, através da sua compreensão dos sentimentos dele, embora não ceda a vontade dele.

Exemplo. “Sei que você está muito nervoso com a minha posição de termos de ir embora da festa. Mas já é tarde e temos de ir embora. Já está decidido fica para uma próxima vez. Vamos. “ E leve-o para casa.

Se ele continuar resistente, não se intimide. Carregue-o no colo, mesmo diante da continuidade do choro, ou gritos. **Não ceda!**

Atenção! Não se preocupe com o que os outros podem pensar a respeito da cena constrangedora e escandalosa que seu filho está fazendo. A responsabilidade pela educação do seu filho é sua.

Interferências familiares para que os pais cedam durante um acesso de raiva da criança, por mais bem intencionadas que sejam, não são bem vindas porque rompem a disciplina e diminuem sua autoridade.

Lembre-se: É você quem determina as regras! A educação fica prejudicada se existirem padrões diferentes de conduta diante dos apelos de outras pessoas.

Portanto, diante da situação de acesso de raiva do seu(a) filho(a):

- Diga **NÃO!** Sem receio de perder o amor do seu filho por você. A negativa será compreendida no futuro.
- Dê uma explicação. Explique para a criança que você entende sua frustração, e que no seu lugar também se sentiria assim. Em poucas palavras e de maneira acessível a compreensão dela, dê os motivos pelos quais **nem sempre você poderá realizar suas vontades, na hora que ela quer, nem do jeito que deseja.**
- Não recue. Se você ceder a criança estará ensinando a criança que a atitude irada tem um forte poder de persuasão, ela utilizará essa conduta com frequência para atingir seus objetivos e tornar-se-á uma criança insuportável e sem resistência as frustrações da vida.
- Coerência entre os pais. **Se um disser não o outro não pode contrariar o parceiro.** Deve haver um apoio mútuo frente as atitudes de um dos pais.
- Imponha limites razoáveis. Você deve educar seu filho mostrando que compreende seu desejo mas **existem limitações que não podem ser alteradas.** Exerça seu poder de persuasão, justificando sua decisão e oferecendo alternativas plausíveis. Com a continuidade desse comportamento seu filho aprenderá a controlar-se adaptando-se mais adequadamente as circunstâncias.
- Nunca faça ameaças ou promessas para depois não cumpri-las. Lembre-se sempre daquela estória da mãe que ameaçava o filho dizendo: “Vou te castigar se castigar se continuar fazendo isso!”. Depois não castigava e a criança começou a perder a confiança na mãe.

Durante essa fase, muita paciência e firmeza!