

Muito mais do que uma criança difícil...

Até para as crianças descritas como difíceis e mal comportadas existe um limite. Quando falamos de crianças que se encolerizam frequentemente, que discutem com os adultos, que desafiam e recusam cumprir os pedidos e regras das figuras de autoridade. Crianças que aborrecem deliberadamente as outras pessoas, que culpam os outros pelos seus erros, que frequentemente sentem ressentimento e são rancorosos. Quando estamos perante uma criança com estas características, não podemos olhar para elas apenas como uma criança difícil ou teimosa, estamos sim na presença de uma criança que, muito provavelmente, possui uma perturbação grave de oposição e desafio (POD).

As crianças com este tipo de perturbação são bem conhecidas por todos. São crianças que estão sempre a tentar “esticar a corda ao máximo”, testando os limites e deixando todos, com os nervos em franja. Pelas suas características, estas crianças estão constantemente envolvidas em discussões e brigas o que origina a sua rejeição por parte de colegas.

Mas não são apenas as crianças as rejeitadas pelos seus pares. Os pais sentem-se impotentes, sem saber o que fazer e passam, muito frequentemente, pelo estigma de serem vistos como pais incompetentes, pais que não sabem educar. Estes pais deixam de ser convidados para festas e reuniões, porque ninguém quer estar com a criança “indesejada”. Progressivamente passam a isolar-se e a perturbação generaliza-se deixando apenas de ser um problema da criança, para estarem todos doentes lá em casa.

Existem algumas estratégias comportamentais que podem ajudar a minimizar a tensão familiar. Deixo aqui algumas destas estratégias cujo objectivo é o de corrigir hábitos familiares incorrectos e promover comportamentos adequados.

- Não dê ordens à distância. Gritar de um quarto para o outro é completamente ineficaz. As ordens têm de ser dadas presencialmente, assegurando-se que a criança as compreendeu. Não grite da cozinha que são horas de ir tomar banho, vá até junto dele, certifique-se de que ele lhe está a prestar a devida atenção (desligue os distractores como a tv ou o computador), faça-o olhar para si, repita a mesma ordem as vezes necessárias, sem se alterar;
- Dê ordens claras. É necessário pedir objectivamente o que se quer. Antes de chegarmos a uma reunião familiar, dizer à criança que se deve comportar como um homenzinho, não esclarece em nada o que pretendemos.
- Seja objectivo e conciso. Muitos pais perdem-se em argumentações e explicações desnecessárias sobre o porquê de determinadas ordens. Ao fazê-lo, e mesmo sem tal intenção, passam uma mensagem de insegurança, como se estivessem a pedir desculpa por darem alguma ordem ou imporem limites.
- Seja assertivo. Perguntar “Podes ir agora fazer os trabalhos de casa?” cria a oportunidade para que a criança diga que NÃO;
- Tenha a segurança de que a sua função é a de educador, não a de amigo. Proteger o seu filho significa transmitir-lhe a mensagem de que se sente seguro e confiante no seu papel parental, apenas desta forma ele se sentirá igualmente seguro, de forma a não necessitar de testar as fronteiras que lhe são determinadas.

Perante um clima de constante irritação, gritos e frustração, todos os que convivem com estas crianças sentem-se esgotados, com falta de recursos psicológicos. Face a este quadro é importante recorrer a um técnico. O psicólogo pode ajudar a criança a gerir melhor o seu comportamento e aos pais a lidar com as características do filho e a corrigir os seus próprios comportamentos, presentemente desadequados.

AnaMary Monteiro Lapa
Psicóloga Clínica
Terapeuta de EMDR