

01 Lidar com as emoções das crianças pequenas

Os pais sentem-se frequentemente perplexos com o tema de como lidar com as emoções das crianças mais pequenas. Ficam sem saber o que fazer, especialmente quando as crianças estão rabugentas. Para lidar com problemas emocionais, para além de nos munirmos de estratégias, é também necessário saber o significado exacto dos sentimentos em conflito. Com todas estas qualidades, as dificuldades podem, então, ser ultrapassadas. Acima de tudo, é muito importante que os adultos não criem problemas emocionais aos seus filhos. Por exemplo, alguns pais ficam desesperados ao observarem comportamentos egoístas nos seus filhos de três anos ou sentem-se envergonhados porque receiam ter criado uma criança egocêntrica. Uma vez confrontados com as perplexidades descritas, temos que nos manter objectivos. Como a inteligência de uma criança pequena ainda está pouco desenvolvida, ela só é capaz de se reportar ao seu pequeno mundo e não tem capacidade de compreender os sentimentos dos outros, não consegue ser altruísta. Esta é uma das características que fazem parte do crescimento da criança. É, por isso, fundamental que os pais saibam que, a maioria das crianças com menos de quatro anos, manifesta comportamentos egocêntricos de "pequenos tiranos". Tudo o que estiver ao seu alcance consideram-no sua propriedade. É realmente um comportamento extremamente egoísta. Neste estágio de desenvolvimento, têm dificuldade em partilhar os brinquedos com outras crianças. Se forem obrigadas a fazê-lo, acabam por brigar e despetolar problemas emocionais. Se os adultos forem capazes de se adaptar a esta característica e souberem tomar as medidas apropriadas,

poderão ser evitados muitos dissabores. Experimente, então, dar brinquedos diferentes a diferentes crianças. Antes de visitas a crianças da mesma idade, peça ao seu filho para não mexer nos brinquedos preferidos do amigo, para não haver zangas. Isto é

melhor do que forçá-los a aprender as virtudes da partilha e da generosidade, o que parece mais que estamos a puxar pela plantinha, a ver se cresce mais depressa.

A inteligência de uma criança, entre os quatro e os seis anos de idade, vai sendo, pouco a pouco, consolidada. Nestas idades, as crianças começam a reconhecer os sentimentos dos outros mas, no máximo, uma pessoa de cada vez. Daí que, os jogos para dois participantes são os mais indicados. Se aparecer uma terceira pessoa, começarão as divergências. Quando confrontados com situações destas, os pais normalmente repreendem ou castigam o intruso. Infelizmente, isto não só não resolve o problema, como cria problemas emocionais. Na verdade, o que os pais deveriam fazer seria, por um lado, ensinar os filhos a não aceitar um terceiro amigo de forma educada e depois, ajudar a criança rejeitada a viver com essa situação. Se os adultos forem capazes de se adaptar à natureza e capacidades dos seus filhos e, se actuarem de forma coerente, as birras diminuirão.

Sobre os problemas emocionais, é preciso ter presente que ter sentimentos faz parte da natureza inata do ser humano e, por isso, os mesmos desempenham funções fundamentais. Lembre-se que as emoções nunca devem ser tomadas como boas ou más mas, se a maneira de as exteriorizar é ou não aceitável. Isto porque, as emoções não são mais do que

Continuação Pág.4





reações naturais que não podem ser directamente controladas. Não se pretende que ensinemos os nossos filhos a não ter sentimentos mas, que os ajudemos a exteriorizá-los de forma apropriada. Quando uma criança está irritada, os pais não devem, portanto, dizer-lhe "não fiques furiosa". Devem, pelo contrário, ajudá-la a exteriorizar a sua cólera ou a lidar com a sua fúria de forma adequada. Assim, os adultos devem elaborar um plano educativo para ajudar os seus filhos a enfrentar sentimentos como : "cólera", "ansiedade", "inveja", "tacanhez", "medo", etc. Neste ponto, gostaria de vos exemplificar com um caso comum. Se um rapazinho vos aparece com um simples arranhãozinho, muitos pais lhe dirão: "Um pequeno arranhão não doi. Se não aguentas essa ninharia, nem és homem nem és nada". Isto é completamente contrário à natureza humana, levando a criança do sexo masculino a tornar-se insensível, sem compaixão. A melhor maneira de responder a uma situação deste género é, contudo, mostrar à criança que compreendemos os seus

sentimentos e, ensinar-lhe uma técnica para apaziguar a dor, desviando a sua atenção para outras actividades. O conceito que deve ser veiculado deve ser: "um homem forte é aquele que consegue aguentar o sofrimento" e não: "um homem forte nunca sente a dor". Para ser sincero, muitos pais têm aversão e reagem mal às emoções negativas e reprimem-nas por completo. Todavia, lembre-se que há sempre em tudo prós e contras e, os sentimentos negativos são também importantes. Uma pessoa que nunca sente "cólera" é considerada "cobarde", se nunca tem "medo" é vista como "tacanha", nunca sentiu "inveja" é tida como "pouco evoluída". Se as emoções pessimistas da criança forem sempre recalcadas e acabarem por desaparecer durante o seu processo de crescimento, a adaptação dela à vida futura será fortemente afectada.

Han Wei (Mestre em Psicologia, Membro do Conselho de Psicologia de Macau.)
Em "Pais Perfeitos", Nº 13, Março 2005

01 Dealing with Young Children's Emotion

Parents are often perplexed by the topic of how to deal with young children's emotion. They are at a loss of what to do, especially when the kids are peevish. To handle emotional problems, besides the acquirement of strategy, the correct concept of sentiment is also required. With all these qualities, the difficulty may then effectively handled. In addition, it is very important that adults do not create emotional problems for their children. For example: some parents are frantic at their three-year-old child's selfish behaviour or even feel ashamed because they fear they have reared a self-centred kid. Confronted with the above mentioned perplexity, we have to maintain objective. As the cognition of the young children is just limited to ponder over their own world and they have no ability to comprehend others' feelings, they are not in the position of being altruistic. This is one of the features of their child growth. Hence parents have to understand that most kids under four years of age would manifest self-centred "infant sovereignty". It means anything they see within their reach are all theirs. This is surely a very selfish behaviour. At this stage, they find it difficult to share toys with another child. Should they be forced to do so, the situation will end up with

wrangling, giving rise to emotional problems. If adults are able to adapt to this characteristic and take appropriate measures, confusion can be avoided. For instance, distribute different playthings to different children. Before the visit of the same age children, remind your own kids to keep away their beloved toys to prevent dispute. This is better than compelling them to learn the great virtue of sharing or generosity which is only to pull up the seedling hoping to make it grow faster.

The cognition of the children of four to six is strengthened by and by. The kids at this stage begin to understand people's feelings but at most one extra person at a time. Therefore, games of two participants are just suitable for them. Should there be a third person, disagreement would happen. When dealing with such an incident, parents would usually reprimand or give heavy punishment to the intruder. Unfortunately this not only fails to solve any trouble but create emotional problems. Actually, what the parents should do is, on one hand, teach their children how to refuse a third friend politely while helping the rejected child to face the difficult situation. If adults are able to cope with the capacity and nature of their children and perform

Continuing on P5





如何培养有承担能力的小孩

P.5

appropriate arrangements, peevish situations will be diminished.

As for emotional problems, we have to understand that having sentiments is our inborn ability and it does bear an important function. Please remember that emotions can never be graded as right or wrong, but whether they are suitably demonstrated. It is because emotion is a natural reaction which is difficult to settle with direct control. We are not supposed to teach the kids not to have sentiments but to provide them the proper way of displaying it. Therefore, when children are enraged, parents should not tell them "don't be furious". Nevertheless, help them to demonstrate their anger or deal with their enragement in an appropriate way. Thus, adults have to design some educational plans to teach their kids how to treat sentiments of "anger", "worries", "jealousy", "narrow-mindedness", "fear", etc. Here I would like to bring out a case as an example: When a little boy got only a scratch on the skin, most parents would tell the kid saying, "A little scratch on the skin bears no pain. If you can't stand such a trivial injury, you are not a he-man". This is totally against human nature, leading the

male kid to become unsympathetic. In fact, the correct method of dealing with the situation is to show that you understand their feelings and offer them a method to lessen the agony by directing that attention to other activities. The concept to impart should be "a he-man has the capacity to bear miseries" but not "a he-man never feels pain". To tell the truth, most parents hold great repugnance for negative emotions and give them full suppression. However, do not forget that there are always pros and cons for any thing and negative sentiments are also important. One who never gets "angry" is said to be "coward", never feels "worried" is taken as "shortsighted", never know how to get "jealous" is counted as "not progressive". Should a child's pessimistic emotion keep being suppressed and get extinguished during his/her growth, the kid's adaption to the future world will be deeply affected.

By Han Wei, Master of Psychology(Member of Psychology Council of Macau.)
Excerpted from "Teacher's Magazine," 13th Issue, march, 2005