

Nem sempre a raiva em crianças esconde algum trauma

 jornal.usp.br/atualidades/nem-sempre-a-raiva-em-criancas-esconde-algum-trauma/

10 de outubro de 2022



Por Sandra Capomaccio



A raiva é uma reação que esconde medo, a vontade de querer se proteger, por isso a explosão

Foto: Reprodução/Freepik

▶ 0:00 / 0:00 ————— 🔊 ⋮

Rádio USP OUÇA AQUI EM TEMPO REAL 

Sabe aquela sensação de raiva que vai tomando conta do seu corpo? Esse sentimento é bastante intenso e todos nós já o sentimos algumas vezes na vida. Se a situação é complicada para um adulto, imagine para uma criança.

O psicólogo Andrés Eduardo Aguirre Antúnez, professor de Psicologia Clínica do Instituto de Psicologia da USP, especialista em Psicopatologia, explica que é uma reação de que algo não vai bem.

A raiva traz uma sensação muito ruim e de vingança, aquela vontade de desejar o mal de alguém, mas, na verdade, é uma forma de se livrar desse sentimento que está dentro de você.

Na verdade, a raiva é uma reação que esconde medo, a vontade de querer se proteger, por isso a explosão. Em crianças, por exemplo, pode esconder o abandono. Nem sempre o sentimento de raiva esconde algum trauma.

Mas como conter esse sentimento? O psicólogo da USP diz que a criança precisa da presença de um adulto fazendo o que ela mais necessita nesse momento: ser ouvida, falar, colocar seus sentimentos para fora. Caso os pais não saibam fazer isso, devem procurar uma ajuda profissional.



Andrés Eduardo Aguirre Antúnez – Foto:
Marcos Santos/USP Imagens

Autoconhecimento

Quando se fala em “escuta”, se fala em “respeito”. O pai, a mãe, a avó, enfim, o adulto deve simplesmente querer ajudar sem julgamentos ou perguntas invasivas. Ele precisa estar calmo e isso acontece sem fórmulas mágicas, é um trabalho de autoconhecimento.

Aquele adulto não deve demonstrar raiva, fazer questionamentos de investigação ou julgamentos. Ele só precisa ouvir.

As crianças não têm os mesmos problemas dos adultos, mas, na cabecinha delas, o que está acontecendo na escola e às vezes no próprio ambiente familiar é, sim, algo importante e motivo de sentir raiva. Esse sentimento não pode ser desprezado apenas pelo fato de o interlocutor ser uma criança. O diálogo é a melhor saída em qualquer situação e não só nos momentos de estresse.

O ambiente escolar, o clube ou o condomínio contribuem para equilibrar as emoções das crianças, a sociabilidade e o convívio com outras crianças da mesma idade. O esporte e a alimentação equilibrada também ajudam no bem-estar dos pequenos. Lembrando, contudo, que nada supera a relação humana e o convívio com outras crianças.

Jornal da USP no Ar

Jornal da USP no Ar é uma parceria da Rádio USP com a Escola Politécnica e o Instituto de Estudos Avançados. No ar, pela Rede USP de Rádio, de segunda a sexta-feira: 1ª edição das 7h30 às 9h, com apresentação de Roxane Ré, e demais edições às 14h, 15h e às 16h45. Em Ribeirão Preto, a edição regional vai ao ar das 12 às 12h30, com

apresentação de Mel Vieira e Ferraz Junior. Você pode sintonizar a Rádio USP em São Paulo FM 93.7, em Ribeirão Preto FM 107.9, pela internet em www.jornal.usp.br ou pelo aplicativo do Jornal da USP no celular.