



REFLETINDO COM A FAMÍLIA

Educação Infantil e Fundamental I



O equilíbrio emocional da criança é primordial para seu desenvolvimento saudável

Desde seu nascimento, os seres humanos são moldados em meio a inúmeros tipos de emoções, que vão se tornando gradualmente intrincadas, concomitantemente à crescente complexidade que o seu sistema nervoso desenvolve com a conquista da maturidade.

Assim, as crianças sentem emoções como os adultos, só que de modo bem mais intenso e caótico – e elas, embora precisem aguardar o desenvolvimento de regiões cerebrais que controlem essas emoções, vão organizando paulatinamente a mente infantil em direção à maturação e ao equilíbrio.

Como sinais básicos que são indispensáveis à própria sobrevivência, as emoções constituem um inventário de reações ao meio ambiente, que ajudam a distinguir entre aspectos compensadores e assustadores do mundo. Além disso, participam do processo e desenvolvimento da atenção, da memória, dos valores e ensinam a criança a comunicar sua condição interna às outras pessoas.

Partindo de um estado caótico, reativo, a criança adquire lentamente a capacidade de se controlar emocionalmente, de se relacionar de maneira eficaz com a sociedade. É um processo complexo que depende de vários fatores, entre eles os biológicos e os educacionais.

Uma pequena estrutura cerebral, a amígdala, constitui o centro dessa rede de processamento das emoções, que recebe informações provenientes de várias regiões cerebrais e as transmite para outras tantas. De um modo mais simplificado, pode-se dizer que, de um lado, a amígdala prepara o corpo para se proteger e evitar confronto com perigos e, de outro, por meio de sua atuação no córtex, controla os aspectos cognitivos da emoção (como interpretação, reações emocionais à memória e à imaginação).

Hoje, sabe-se comprovadamente que grande parte dos sistemas cerebrais sofre intervenções causadas pelas emoções no seu funcionamento, e que essas estão também presentes nos processos ligados às aprendizagens que a criança recebe (ou participa) na escola. Desta forma, a vida cerebral está intimamente relacionada às emoções e ao comportamento social. As respostas às situações desgastantes geradas no meio ambiente podem influenciar e muito a aprendizagem infantil.

A vida familiar, compreensivamente, é o esteio para o bom desenvolvimento das emoções pueris: lares que apresentam equilíbrio nas relações e nas ações praticadas, na condução da educação oferecida e nas decisões dos pais em relação ao futuro da família e, portanto, decorrentemente haja boa contenção e suporte a esse delicado período de crescimento infantil, podem proporcionar muitas e reais situações e oportunidades de desenvolvimento emocional apropriado. As crianças podem aproveitar melhor a escolaridade e desenvolver habilidades sociais adequadas.

O crescimento sadio e uma educação embasada em valores formam crianças com grandes chances de serem bem-sucedidas na vida pessoal, escolar, profissional e familiar futura e, pelo que sabemos, os maiores responsáveis por esse processo são os pais, por serem as referências primordiais para a constituição psíquica infantil.

Para a criança, é importante perceber que, por mais que existam diferenças, estas podem ser conciliadas e as divergências podem ser discutidas. É comum vermos crianças que vão bem na escola se afastarem desse perfil quando há crises familiares que se desenrolam sem uma previsão de resolução dos conflitos. As crianças se “pré-ocupam” com questões que as cercam, sejam conflitos familiares, problemas de saúde ou até mesmo os financeiros, o que pode acarretar em uma queda do rendimento acadêmico.

Listamos a seguir algumas reflexões a partir de pontos importantes para auxiliar as crianças no gerenciamento das suas emoções:

1. **Vínculos afetivos e efetivos** – criar momentos de qualidade nas relações, de escuta e de conversa, de estabelecer limites e, também, reconhecer feitos e conquistas.

2. **Autoestima** – não adianta apenas “bajular” a criança o tempo todo, como dizer que ela é a mais linda ou a mais inteligente do mundo. Fortalecer sua autoestima significa criar um ambiente para que ela se sinta segura, arrisque-se mais e confie no próprio potencial, sem depender das opiniões de terceiros. No lugar de só elogiar a capacidade, vale mesmo é parabenizar o esforço.
3. **Resiliência** – é a capacidade de lidar com problemas e superar dificuldades. Para exercitar essa habilidade, a criança precisa interagir com o outro e entender que nem sempre tudo sairá como o planejado. Muitas vezes é preciso esperar, em outras, ceder ou recuar.
4. **Frustrações** – é importante que a criança vivencie choques de realidade. Perder o lanche porque se atrasou na atividade, não brincar na quadra porque não cumpriu tarefas, não realizar o passeio no parque porque choveu... Frustrações são necessárias para aprender a lidar com o “não” das tantas situações futuras com as quais irá se deparar. Mas, não basta dizer “não” à criança. Ela precisa entender o porquê para adquirir a consciência crítica, transformando a proibição em aprendizado. Vai haver birra e choro, provavelmente, que devem ser acolhidos com afeto, mas também nominados no momento em que acontecem: “sei que você está com raiva ou decepcionado, mas você tem de lidar com isso”.
5. **Brincadeiras** – angústias e medos que incomodam a criança podem ser expressados nas brincadeiras. Por isso a importância do brincar na primeira infância. Os jogos coletivos são ótimas estratégias para isso, porque desenvolvem o senso do pertencimento, o controle da agressividade e o bem-estar; além do aprendizado de respeitar a opinião do outro, as regras necessárias e que nem sempre tudo será do seu jeito. Se a criança brinca de casinha, ela se coloca no lugar dos pais e consegue refletir melhor sobre as ações de quem ela imita.

Pensar nas crianças como se deve é respeitar seu momento de evolução, suas carências e sua capacidade de absorção das violências externas. Criar um ambiente acolhedor fará com que a criança se sinta segura, compreendida e amada e, portanto, capaz de superar as situações mais difíceis.

Maria Irene Maluf. Emoção e aprendizagem. Revista Psique Ciência & Vida, São Paulo, V. 120, Ano 2016. Texto adaptado pelo Serviço de Orientação Psicopedagógica – SOP