

A criança só diz “não”?

Entenda como lidar

Ter paciência é a principal estratégia quando elas negam tudo. Mesmo fazendo parte da formação da autonomia e identidade, é preciso observar os excessos



por Célia Fernanda Lima

Considerada uma fase, a descoberta da negação pelas crianças pode indicar um comportamento além da formação da autonomia. Mudar as formas de abordagem e ouvir o que elas têm a dizer é essencial para equilibrar a situação.

Quantos “nãos” você ouve de sua criança por dia? Fazer essa conta pode ser difícil, já que os comandos também são muitos. É “não” para tomar banho, “não” para sair das telas, “não” para comer, “não” para dormir... Mas, até onde pais e cuidadores devem lidar com tantas negativas como um **comportamento comum da infância?**

Primeiramente, é preciso entender que as crianças passam pela “fase do não” quando compreendem bem o sentido dessa palavra. Além disso, ao saber que elas realmente podem prolongar o tempo de alguma atividade que gostam mais, esse “não” vai sempre aparecer. “É comum a criança se interessar somente por algo que traga prazer e **recompensa imediata**”, diz a psicóloga infantil e orientadora parental, Amanda Carvalho. “Cabe aos pais e educadores a tarefa de ensinar que nem sempre poderemos fugir ou evitar situações ou atividades negativas.”

Embora seja cansativo, é importante entender que a descoberta da negação é essencial para o desenvolvimento da criança. De acordo com a psicóloga, quando eles entendem que podem dizer “não” é também porque estão construindo um senso de **autonomia e autodescoberta**.

Quando o “não” pode ser algo a mais?

Embora se deva compreender que essa fase “faz parte”, é importante observar alguns sinais de alerta. Isso porque, quando a negação é constante a ponto de atrapalhar uma rotina saudável, talvez a criança precise de ajuda. A psicóloga Amanda Carvalho explica que em casos que a **criança evita muito e até mente**, algo não está certo. “Quando o ‘não’ vem de maneira exagerada, específica ou gera birra seguida de uma negação mais intensa é bom que isso seja investigado.”

Ou seja, se ela não quer mais fazer algo que gostava muito ou se esconde para não ir a algum lugar, pode estar demonstrando algum tipo de medo ou trauma. O ideal é conversar e até mesmo procurar um especialista. “Mas é importante ressaltar que a **rotina da criança precisa ser bem estabelecida** a fim de evitar essas negações específicas. Além disso, devemos lembrar que nem todas as crianças são desafiadoras e questionadoras”, diz a psicóloga.

Transtorno Opositor Desafiador

Atualmente, muito se fala do Transtorno Opositor Desafiador (TOD), sobretudo nas redes sociais. As características geralmente se apresentam como “um limiar de **frustração** muito baixo, desafio constante às regras, agitação e irritabilidade excessiva, dificuldade em realizar quaisquer comandos e birras em excesso”, explica Amanda Carvalho. Embora esses comportamentos sejam comuns a todas as crianças, há uma certa frequência e intensidade em que são manifestados. Por isso, apenas um psicólogo ou neuropsicólogo pode dar o diagnóstico e os caminhos adequados. Tentar identificar o TOD ou qualquer outro transtorno apenas com pesquisas na internet não é recomendado. A psicóloga ressalta que cabe ao profissional de saúde mental fazer o diagnóstico, pois “é necessário um acompanhamento para definir metas e estratégias que ajudem a criança a desenvolver habilidades emocionais específicas”.

4 passos para lidar com o excesso de “não”?

Há algumas estratégias para fazer a criança entender que precisa seguir a rotina. Ao invés de simplesmente mandar tomar banho ou **sair das telas**, é melhor conversar que está chegando a hora de encerrar uma atividade e que alguns hábitos são necessários. Dessa forma, é bom sempre explicar os porquês e indicar que algumas regrinhas precisam ser seguidas, principalmente as de higiene. Confira quatro passos para entender e reverter o “não” das crianças:

Paciência: brigar nem sempre é a solução

Diálogo: converse com a criança sobre as tarefas, os horários e a rotina

Argumento: explique os motivos de encerrar uma atividade e começar outra

Forma de abordagem: tente fazer as perguntas como um convite, por exemplo: *Vamos terminar a brincadeira e se arrumar para comer algo bem gostoso?*