



Essa palavra carrega um peso cultural: sugere que a criança faz de propósito para incomodar o adulto. Mas o que chamamos de birra é, na verdade, um colapso de autorregulação"

Márcia Tosin, psicóloga



Na prática, vemos gritos, choros, mordidas, tapas, jogar objetos ou até paralisção. O primeiro passo, em qualquer ambiente, é garantir que a criança se sinta segura"

Pabline Cavalcante, terapeuta ocupacional

choro intenso. "Para nós, adultos, parece desproporcional. Mas, para a criança, é muito importante. Nosso esforço é justamente esse: estar calmos para conseguir acalmá-la, validar o sentimento e explicar com palavras o que está acontecendo para que a criança aprenda a identificar as emoções."

A vivência em ambiente escolar também ensina a família que não se trata de violência intencional. "A escola nos orientou que nem sempre é fazer o que a criança quer, é que reforçar o limite por meio das palavras ajuda até mesmo a criança a

se sentir segura. Hoje, vemos mudanças: choros mais curtos, pausas para refletir e até o uso de palavras no lugar de gestos impulsivos."

Já a família de Luísa e Arthur viu a parceria da escola transformar um momento de insegurança em encantamento. "Sentimos que não estavam acolhendo só a criança, mas toda a família. Esse olhar individualizado fez com que a Luísa se sentisse vista, amada e respeitada, mesmo em meio ao turbilhão emocional que vivia em casa", afirma a mãe, Cristiane Teixeira.

Diferenças e estratégias

SAIBA COMO DIFERENCIAR FRUSTRAÇÃO DE SOBRECARGA SENSORIAL

Frustração

Surge diante de um desejo negado. Reações como choro, raiva ou protesto tendem a se resolver com acolhimento

Sobrecarga sensorial

Causada por excesso de estímulos (barulho, luz, toques). A criança pode tapar os ouvidos, fechar os olhos ou tentar fugir. A reorganização leva mais tempo

VEJA DICAS DE COMO LIDAR COM ESSAS SITUAÇÕES:

Criar ambientes de calma, com menos estímulos visuais e auditivos

Antecipar mudanças na rotina, oferecendo previsibilidade

Promover conversas para nomear emoções

Permitir intervalos de movimento (correr, pular, dançar)

Apoiar professores e famílias com formação contínua

Desenvolvimento integral e futuro

Para a psicóloga Márcia Tosin, a recém-aprovada Política Nacional Integrada da Primeira Infância (PNPI) reforça a necessidade de ampliar esse olhar.

"Quando falamos em desenvolvimento integral, não estamos falando apenas de letras e de números, mas de crescer como ser humano completo. A criança não é só mente. É corpo, emoção e relação. Cada crise de choro é oportunidade de aprendizado em um ambiente seguro."

A psicóloga ressalta ainda os efeitos de longo prazo: "Quando a frustração é acolhida, a criança aprende que sentir não é falha, é parte da vida. Isso forma adultos mais empáticos, tolerantes ao erro e preparados para relações complexas. Ao contrário, quando a infância é marcada pela repressão, criamos adultos que escondem sentimentos ou 'explodem' sem controle. O futuro que queremos começa em como escutamos o choro de uma criança hoje."

A especialista defende que abandonar o termo birra é fundamental para enxergar a infância como ela é: vida plena em desenvolvimento.

Para além da teoria, escolas também vêm repensando a forma de lidar com esses episódios.



Luciane Improta, mãe da Olívia: maior desafio é manter a calma

A diretora pedagógica do colégio Céu de Brasília, Mariana Létti, afirma que o acolhimento está no centro da prática.

"Reconhecemos e validamos os sentimentos das crianças.

Não gritamos, não ameaçamos e não chantageamos. Pedimos desculpas quando erramos e mostramos que todo processo tem tempo. Só respeita quem foi respeitado", diz.