

ANDRÉA FERNANDES

PEQUENOS E DECISIVOS PASSOS NA INFÂNCIA

UM OLHAR SENSÍVEL E PRÁTICO
DE QUEM GUIDA E CONDUZ



MINOTAURO

Paquenos e Decisivos Passos na Infância

Copyright © 2026 Minotauro

Minotauro é um selo da Editora Almedina do Grupo Editorial Alta Books (Starlin Alta Editora e Consultoria LTDA).

Copyright © 2026 ANDRÉA FERNANDES

ISBN: 978-65-6143-119-4

Impresso no Brasil – 1ª Edição, 2026 – Edição revisada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 2009.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

F363p

Fernandes, Andréa.

Pequenos e Decisivos Passos na Infância / Andréa Fernandes. – Rio de Janeiro : Minotauro, 2026.

192 p. : il. ; 15,7 x 23 cm.

ISBN 978-65-6143-119-4

1. Educação infantil. 2. Desenvolvimento infantil.
3. Parentalidade. 4. Psicologia infantil. I. Título.

CDD: 305.231

Índice para catálogo sistemático:

1. Crianças / Desenvolvimento social da criança (305.231)

Todos os direitos estão reservados e protegidos por Lei. Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévia por escrito da editora, poderá ser reproduzida ou transmitida. A violação dos Direitos Autorais é crime estabelecido na Lei nº 9.610/98 e com punição de acordo com o artigo 184 do Código Penal.

O conteúdo desta obra fora formulado exclusivamente pelo(s) autor(es).

Marcas Registradas: Todos os termos mencionados e reconhecidos como Marca Registrada e/ou Comercial são de responsabilidade de seus proprietários. A editora informa não estar associada a nenhum produto e/ou fornecedor apresentado no livro.

Material de apoio e erratas: Se parte integrante da obra e/ou por real necessidade, no site da editora o leitor encontrará os materiais de apoio (download), errata e/ou quaisquer outros conteúdos aplicáveis à obra. Acesse o site www.altabooks.com.br e procure pelo título do livro desejado para ter acesso ao conteúdo.

Suporte Técnico: A obra é comercializada na forma em que está, sem direito a suporte técnico ou orientação pessoal/exclusiva ao leitor.

A editora não se responsabiliza pela manutenção, atualização e idioma dos sites, programas, materiais complementares ou similares referidos pelos autores nesta obra.

Produção Editorial: Grupo Editorial Alta Books

Diretor Editorial: Anderson Vieira

Editor da Obra: Rodrigo Mentz

Vendas Governamentais: Cristiane Mutüs

Produtor Editorial: Natália Curupana



Rua Viúva Cláudio, 291 – Bairro Industrial do Jacaré

CEP: 20.970-031 – Rio de Janeiro (RJ)

Tels.: (21) 3278-8069 / 3278-8419

www.altabooks.com.br – altabooks@altabooks.com.br

Ouvidoria: ouvidoria@altabooks.com.br

Editora
afiliada à:



Sumário

AGRADECIMENTOS	2
INTRODUÇÃO	3
1. RAÍZES: VÍNCULO, AFETO E SEGURANÇA	6
2. A BASE DE TUDO É O VÍNCULO	19
3. O SOLO DA INFÂNCIA: ONDE O CUIDADO TRANSFORMA	37
4. QUANDO O CORPO FALA: SENTIR É SOBREVIVER	53
5. O VALOR DAS PAUSAS: TEMPO, DESCANSO E IMAGINAÇÃO	64
6. AUTONOMIA NA PRÁTICA: COMO ESTIMULAR ESCOLHAS E PROTAGONISMO EM CASA, NA ESCOLA E NA TERAPIA	79
7. NO TEMPO DA CRIANÇA – COMO TRANSFORMAR PRESSA EM PRESENÇA	97
8. SINAIS DE SOBRECARGA EMOCIONAL NA INFÂNCIA	120
9. BRINCAR E ALEGRIA: PONTES PARA O CRESCER	138
10. DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES SOCIAIS	151
CONSIDERAÇÕES FINAIS	170
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	173

APÊNDICE 1	177
APÊNDICE 2	179
APÊNDICE 3	181
APÊNDICE 4	184

Amostra

“Dorme meu menino a estrela D’alva
Já a procurei e não a vi
Se ela não vier de madrugada
Outra que eu souber será p’ra ti.”
— *Canção de embalar*, Zeca Afonso

Amostra

AGRADECIMENTOS

Todo fruto começa por uma raiz invisível. E, neste livro, a minha raiz mais profunda é Deus. Foi Ele quem sustentou minhas raízes quando os ventos da vida quase me arrancaram do chão. Por isso, a minha gratidão não cabe em palavras, ela é semente, é folha, é tronco inteiro que se curva em reverência. Que este livro seja, acima de tudo, para a Tua glória. Que alcance quem precisa, como sombra fresca em dias áridos, como semente boa lançada em solo fértil.

Se algo aqui florescer na vida de alguém, que toda a honra e toda a glória sejam Tuas. Porque foi a Tua presença silenciosa que regou os dias difíceis e fez brotar em mim coragem para continuar.

À minha família, minhas raízes humanas, expresso o meu amor profundo.

Aos meus pais, que foram o primeiro solo que me acolheu. Mesmo com imperfeições, foram eles que me deram base para crescer e resistir. A vocês, minha honra, minha memória e minha gratidão. Aos meus irmãos, ramos que cresceram comigo no mesmo tronco da vida, obrigada por fazerem parte da minha floresta interior. Cada um, à sua maneira, deixou marcas no meu caminho.

Às minhas filhas, galhos preciosos que brotaram do meu próprio ser, obrigada por me ensinarem diariamente sobre amor, presença e transformação. Vocês são flores que me desafiam a ser melhor.

E aos amigos que não são comuns, mas árvores fortes plantadas ao meu lado, obrigada por permanecerem mesmo nas estações mais secas.

Com amor,

ANDRÉA FERNANDES DA ROCHA.

INTRODUÇÃO

“Melhor é a tristeza do que o riso, porque com a tristeza do rosto se faz melhor o coração.”

— Eclesiastes 7:3. Atribuído a Salomão, antigo rei de Israel, por volta do século X a.C.

Este livro só existe porque não cresci sozinha; e, como toda floresta viva, fui nutrida por outras presenças. Por esta razão, nasceu de uma travessia e o versículo em epígrafe me atravessou de forma especial no período de sua escritura, sublinhando-me que só o tempo e a maturidade emocional nos permitem compreender a essência da vida a partir das dores que nos dilaceram. Há feridas que nos ensinam. Há experiências difíceis que nos transformam, não apenas por nos tornarem mais fortes, como também mais sensíveis e mais humanos, pois, em muitas ocasiões, é apenas quando passamos pela tristeza que somos capazes de olhar com mais profundidade para nós mesmos e para os outros. É este olhar — mais inteiro, mais consciente e mais compassivo — que desejo oferecer a você, leitor(a).

Antes de me tornar mãe, eu gostaria de ter lido algo como este livro. Algo que dissesse, com honestidade e carinho, que nem sempre teremos respostas — mas que a presença, por si só, já é um gesto imenso de amor. Logo, creio que, ao ter acesso ao relato desta estirpe e magnitude, teria tornado a jornada mais leve, menos solitária e mais consciente.

Ao longo dos capítulos, você encontrará histórias reais; ferramentas da terapia ocupacional adaptadas à vida cotidiana; e reflexões sobre autonomia, afeto, frustração, vínculos e espiritualidade.

Não por acaso, a metáfora que escolhi para guiar este livro foi a árvore.

Na natureza, as árvores crescem em ciclos; curvam-se com o vento; florescem em estações diferentes; e encontram força nas raízes invisíveis.

Assim também há de ser o desenvolvimento humano.

O autor Fritjof Capra, que será uma das referências teóricas recorrentes ao longo desta obra, nos convida a repensar a vida a partir de uma visão sistêmica — onde tudo está conectado, de modo que não haja separação entre mente, corpo, ambiente, vínculos e cultura.

A Terra é um organismo vivo.

E nós também somos.

Quando cuidamos de uma criança, não estamos apenas transmitindo valores ou ensinando comportamentos. Estamos, muitas vezes, reaprendendo a viver. Estamos sendo chamados a olhar para dentro — e também para o todo.

Minha jornada como mãe se deu em meio a um casamento que, em vez de amparo, trouxe-me desgaste.

Não havia rede de apoio nem tempo para respirar.

A maternidade, por muitos anos, foi vivida entre exaustão, medo, silêncio e resistência. Assim sendo, eu passei por períodos de depressão; e vi minhas filhas, ainda tão pequenas, atravessarem dores que eu gostaria muito de tê-las poupado desta experiência.

Entretanto, foi neste terreno árido que nasceram raízes da transformação.

Neste caos, reencontrei a minha fé, a minha coragem, a minha voz.

Iniciei a graduação em Terapia Ocupacional com o coração partido, mas com a alma determinada a recomeçar. E foi ali que comecei a entender o desenvolvimento humano, como um processo vivo, complexo e profundamente relacional — inclusive o meu.

Essa formação foi me devolvendo perguntas mais amorosas, olhares mais amplos; e, aos poucos, me (re)conectando comigo mesma.

Foi o que me deu forças para deixar um casamento que já não fazia mais sentido.

Pais precisam estar inteiros para cuidar. E eu precisei me reconstruir para continuar a travessia à qual me referi nas primeiras palavras deste livro.

Hoje, como mãe e como terapeuta, compreendo que o cuidado verdadeiro não é feito de fórmulas pré-fabricadas.

É feito de escuta, de tentativa e erro; e, também, de um amor imperfeito que insiste em continuar mesmo quando tudo parece desabar.

Portanto, este livro não é um manual. É uma travessia.

É o reflexo de inúmeras noites sem dormir, de aprendizados arrancados da prática, da dor, da escuta.

É também um convite, a fim de que você se trate com mais gentileza, de maneira que cuide da sua criança com mais presença e menos culpa.

Tudo isso ancorado numa visão de mundo que une ciência, sensibilidade e ética do cuidado. Portanto, muito do que compartilho aqui também foi nutrido pelos aprendizados com a abordagem da educação socioemocional desenvolvida por Renato Caminha; pois, por meio de suas reflexões compreendi, com mais clareza, que é na relação com o outro que o desenvolvimento emocional realmente floresce.

Espero que este livro te encontre onde for preciso: na dúvida, no cansaço, no desejo de acertar ou de recomeçar. E que ele te ofereça, não respostas definitivas, mas um abrigo de palavras, um lugar de reencontro, porque toda criança merece crescer com respeito.

E todo cuidador merece ser cuidado também.

Como nos ensina Peter Wohlleben, em *A Vida Secreta das Árvores*, as florestas são redes vivas de cooperação silenciosa. Árvores se comunicam; compartilham nutrientes e protegem as mais frágeis, mesmo à custa da própria energia. É por baixo da terra — neste campo invisível — que se forma uma comunidade que se demonstra por afetos simbólicos e resiliência, este último vocábulo que se deriva do Latim “resiliens”, que significa “recuar” ou “saltar de volta”.

Essa imagem me tocou profundamente e serviu como inspiração para pensar os vínculos humanos, especialmente os que formamos com as crianças.

RAÍZES: VÍNCULO, AFETO E SEGURANÇA

1.1. A colcha da vovó: costurando memórias que aquecem

Quando pequena, eu passava horas e horas sentada ao lado da única avó que conheci, minha avó paterna, Lenyr Lougon; e ficava observando os seus gestos enquanto costurava colchas de retalhos numa antiga máquina Singer.

O som ritmado do pedal se misturava ao tilintar da tesoura cortando linhas. Entre uma costura e outra, os pedaços de tecido iam ganhando forma, sentido e beleza. Sozinhos, os retalhos pareciam confusos e até contrastantes.

Mas, aos poucos, se tornavam estampas coerentes, harmônicas e acolhedoras.

A minha avó me ensinou, sem dizer-me, que há amor no silêncio e sabedoria no tempo paciente; e que o cuidado pode estar no ritmo das mãos; na escolha das cores; no modo de fazer algo inteiro com o que parecia apenas fragmentos de algodão ou cetim.

Escrever este livro é, para mim, um pouco como fazer aquelas colchas, visto que eu reúno, aqui, reminiscências, dúvidas, histórias, ideias, pesquisas e afeições. Por vezes, o todo me pareceu desconexo — mas, como nas colchas da minha avó, fui buscando combinações que fizessem sentido.

Dessarte, eu prossigo confiando que, assim como nas colchas de retalhos dela, Vovó Lenyr, este livro possa ser não apenas bonito, mas aconchegante — um toque que acolhe e aquece na medida certa.

Talvez a infância assim o seja: um emaranhado de vivências que, quando costuradas com presença de espírito, se transformam em raízes profundas.

Toda árvore começa invisível. Primeiro semente, depois silêncio. É no escuro da terra que a vida ganha força. Assim também é o começo da infância: vínculos

e raízes imperceptíveis que ninguém vê, mas sustentam o porvir da sementeira do tempo e da vida.

Enfim, desejo-te, Leitor(a) que este livro te lembre que educar é também um jeito de costurar memórias que aquecem o Outro, com firmeza, sensibilidade e amor.

1.2. O que se planta no escuro: as raízes da infância

Cada infância é uma árvore em crescimento.

Imagine a infância como uma semente que carrega em si o mapa de uma árvore inteira.

Quando plantamos uma muda, não exigimos flores no primeiro dia — regamos, oferecemos sol, espaço e esperamos. Com as crianças é igual: não se força um broto a crescer puxando-o para cima. Toda criança precisa de solo fértil (segurança), luz (afeto), espaço (liberdade) e tempo (respeito ao ritmo).

O solo onde uma criança cresce não é feito apenas de rotinas e cuidados físicos; mas de vínculos que dão sentido à existência.

O renomado psicólogo Renato Caminha defende que o cuidado com a saúde emocional da criança precisa ser compreendido como uma construção conjunta, onde o adulto exerce o papel de base segura.

Logo, educar socioemocionalmente é estar disponível, afetuoso e coerente — não perfeito; porém, suficientemente, presente para que a criança possa se desenvolver com confiança.

Como as raízes de uma árvore que não se veem ou se apalpam, a segurança emocional se constrói no invisível: na rotina silenciosa, nos pequenos gestos, na escuta verdadeira

1.3. História real e as estações da infância

Certa feita, uma mãe me contou que seu filho de 4 anos demorou meses para conseguir abotoar o casaco sozinho. Um dia, ela o viu tentando calmamente, concentrado.

Percebi que meu papel não era abotoar por ele, mas estar ali — presente, confiando, enquanto ele descobria que conseguiria fazê-lo.

A natureza não tem pressa: árvores vivem primaveras explosivas; verões cheios de energia; outonos silenciosos; e invernos de pausa.

Na infância, estes ciclos também se revelam:

Primavera: a fase das perguntas (“Por que o céu é azul?”);

Verão: a energia que transborda, que inventa mundos e escala árvores;

Outono: momentos de introspecção e silêncio depois de dias intensos;

Inverno: regressões temporárias, como voltar a querer colo após conquistar independência.

Pode ser que, inesperadamente, tudo isso acontece num só dia; e está tudo bem.

DICA PRÁTICA:

Observe: o seu filho está em qual “estação” hoje?

Respeite esse ciclo. Não critique o inverno por não ser primavera.

1.4. A pressa do mundo x O tempo das crianças

Vivemos numa cultura que idolatra velocidade e desempenho. Mas a infância floresce no tempo do processo, não do resultado.

Somos levados a exigir que:

1. leiam antes de estarem prontos;
2. sintam menos e se comportem mais;
3. produzam, comparem, respondam, como pequenos adultos.

OUTRA HISTÓRIA REAL:

Uma menina de 6 anos, com diagnóstico de TEA grau 1, desenvolveu aversão à escrita depois de ser pressionada a usar letra cursiva antes de estar preparada.

O primeiro passo foi construir o vínculo comigo; e, aos poucos, tentar reverter a aversão e aumentar o interesse pela escrita. Começamos apenas incentivando-a a sentar-se à mesa. Primeiro, para atividades com massinhas e jogos, depois para colorir, sem exigências.

Gradativamente, eu propus atividades psicomotoras que lembravam desenhos, traçados e curvas soltas, mais próximas da brincadeira do que de letras em si.

Retomamos a letra bastão com leveza; e, espontaneamente, introduzimos a letra cursiva de forma simbólica, dizendo que “elas queriam ficar de mãos dadas”.

Assim, lentamente, ela se (re)conectou com a escrita.

Hoje, a letra cursiva faz parte da sua expressão, não porque foi forçada, mas porque foi acolhida no seu tempo.

A infância não é um projeto a ser otimizado, é uma vida a ser vivida em tempo real.

1.5. O invisível que sustenta – O corpo sabe: a neurociência do vínculo

Os maiores aprendizados acontecem nos bastidores do cotidiano: a criança que repete a mesma brincadeira 50 vezes está construindo confiança.

O “não” que hoje causa birra é o alicerce do limite saudável amanhã.

O abraço silencioso após uma frustração ensina: “Você não está sozinho.”

EXERCÍCIO:

Durante esta semana, registre um momento invisível de aprendizado — algo simples, mas transformador.

EXEMPLO:

Dividir um brinquedo; persistir num desafio; pedir ajuda sem medo.

O corpo humano foi feito para a conexão, literalmente.

A ciência já comprovou que o vínculo entre adultos e crianças molda o cérebro, as emoções e até o sistema imunológico.

E tudo começa no corpo.

Nervo vago: quando você respira fundo e se acalma, seu filho “capta” essa segurança pelo toque e presença;

Oxitocina: um abraço de 20 segundos reduz o estresse e fortalece o vínculo;

Neurônios-espelho: a criança reflete o seu estado emocional. Se você está presente, ela aprende a se regular.

DICA PRÁTICA:

Em momentos de crise, coloque a mão no peito e respire fundo. Depois, convide a criança a fazer o mesmo.

A sua paciência pode se tornar o chão dela.

1.5.1. Quando o silêncio é um grito: o isolamento infantil

Nem sempre crianças quietas estão apenas “tímidas”.

Em certas situações, estarão desconectadas, sobrecarregadas ou machucadas por dentro.

SINAIS DE ALERTA:

Físicos: dores de barriga frequentes, roer unhas, insônia;

Comportamentais: brincadeiras solitárias, evita-se contato;

Emocionais: frases como “ninguém gosta de mim” ou “sou ruim”.

COMO ACOLHER:

Em vez de perguntar “Por que você está assim?”, tente:

“Percebi que você está mais quieto. Quer me contar ou prefere que eu fique aqui do seu lado em silêncio?”

O espaço seguro começa com sua escuta.

1.6. Autocompaixão: a raiz do cuidado real

Você não pode dar o que não tem. Cuidar de uma criança exige que você também se sinta cuidada.

No livro *Autocompaixão feroz*, Kristin Neff salienta que a autocompaixão não é mimar-se, mas proteger sua energia como protegeria a de um filho.

OUTRO CASO REAL:

Uma mãe, exausta, decidiu deixar a louça para o dia seguinte e foi dormir cedo. No outro dia, teve paciência para a birra do filho, e o acolheu sem estourar.

Cuidar de si é cuidar melhor do Outro.

A raiz que sustenta a árvore não aparece, mas sem ela, nada floresce.

O que se aprende no dia a dia é que a infância é feita de gestos que ninguém fotografa:

1. a história lida pela décima vez;
2. o copo d'água levado no escuro;
3. o “eu te amo” sussurrado com a luz apagada;
4. as noites mal dormidas, as idas ao pronto socorro e na farmácia;
5. a guerra na hora do banho ou da escovação dos dentes.

Essas são as raízes invisíveis.

Os frutos e as flores virão quando for hora. Todavia, é no agora, no chão da presença, da paciência e do afeto, que a vida se ancora.

Crianças não precisam de adultos perfeitos. Precisam de humanos presentes.

PERGUNTA-REFLEXÃO:

Qual memória simples da sua infância te fez sentir amada(o), de modo que se possa recriar essa sensação hoje?

DESAFIO DA SEMANA:

Dedique 05 minutos diários à presença total com seu filho. Sem celular. Sem julgamento. Só presença.

1.7. Quando o mundo fragmenta e adoece o olhar

No dizer de Fritjof Capra, nós fragmentamos a vida em pedaços mensuráveis — e perdemos o sentido do todo. Por esta linha de raciocínio, Lya Luft enfatiza que o mundo não tem sentido sem o nosso olhar que lhe atribui forma, sem o nosso pensamento que lhe confere alguma ordem.

Neste sentido, cabe-nos a indagação: O que acontece quando deixamos de enxergar as crianças?

Se anteriormente abordamos a questão sobre as raízes do vínculo, aqui o convite é outro: mudar o olhar, porque, muitas vezes, sem perceber, passamos a ver apenas fragmentos, ao enxergarmos o comportamento, o problema, o desafio. Desta feita, nós reagimos ou até mesmo corrigimos e classificamos.

Mas será que escutamos? Será que vemos o contexto?

Em retorno a Fritjof Capra, em seu estudo intitulado *O Ponto de Mutação* (p. 35), esse filósofo nos lembra que o racional e o intuitivo são modos complementares de funcionamento da mente humana, já que, enquanto o pensamento racional é linear, analítico e fragmentado, o conhecimento intuitivo é holístico, sintético e baseado em uma percepção mais ampliada da realidade. Deste modo, se nos guiarmos pela lógica analítica, corremos o risco de enxergar apenas partes soltas: o atraso; a birra; o sintoma.

Contudo, a infância não se revela por pedaços. Ela precisa ser olhada como um campo vivo, em que corpo, emoção, ambiente e vínculo se entrelaçam a cada segundo.

O comportamento de uma criança não pode ser entendido apenas com dados e métricas. É preciso escuta. É preciso presença. E, muitas vezes, é a intuição do cuidador — aquele saber que nasce do vínculo, do afeto e da convivência — que oferece as pistas mais importantes.

Vivemos numa época que quer respostas rápidas.

“Por que ele ainda não fala?”;

“Por que ela não obedece?”;

“Será que tem algo errado?”.

Essa urgência em entender acaba roubando da infância o que ela tem de mais sagrado: o tempo de ser.

EXEMPLO:

Uma criança de 4 anos chora todos os dias na hora de ir para a escola.

O olhar racional pergunta:

1. “Qual é o problema?”;
2. “É birra?”;
3. “Tem algo errado com a escola?”;
4. “Precisa de um psicólogo?”;

Não obstante, o olhar ampliado pergunta:

“O que ela está tentando me falar com este choro?”;

Talvez essa criança esteja vivendo um luto silencioso — como a ausência de um cuidador, a chegada de um novo irmão, ou apenas uma transição mal explicada.

Talvez ela só precise de um ritual de despedida mais acolhedor, um tempo maior para se adaptar, ou da validação de que tudo bem sentir saudade.

Quando fragmentamos, tentamos resolver o choro, mas quando nos integramos, tentamos entender o sentir.

Antes de “patologizar”, precisamos voltar ao básico — como está o ambiente dessa criança?

Há diálogo, cantigas, histórias e interação significativa?

Até mesmo fatores físicos precisam ser considerados: o tônus da musculatura facial, por exemplo, necessita ser fortalecido com alimentos consistentes após liberação do pediatra, para apoiar o desenvolvimento da fala.

Tudo isto faz parte da visão de conjunto, pois mais do que “descobrir o que está errado”, precisamos compreender o que está faltando, o que está em desequilíbrio, o que ainda não pôde se desenvolver.

De um lado, temos quem rotula demais, e do outro, quem evita olhar — por medo, por culpa, ou por não saber lidar. E no meio disso tudo, está a criança, tentando ser vista, compreendida, acolhida.

Por ocasiões com palavras; outras ocasiões com o corpo, com o silêncio ou com a birra.

A crise real não é o diagnóstico, é a forma como olhamos. Ou melhor: como deixamos de olhar com presença.

Nada na criança é isolado.

Uma criança não é apenas o que ela faz.

Ela é o que sente, o que viveu, o que precisa.

Ela é sono, fome, afeto, brincadeira, histórias, ambiente, rotina, sustos, alegrias e medos — tudo isso junto.

Assim como uma árvore precisa de solo, luz, água e tempo, uma criança também cresce como um pequeno ecossistema vivo.

Se ela está agressiva, talvez esteja com medo.

Se está calada, talvez esteja sobrecarregada.

Se faz birra no mercado, talvez seja apenas exaustão disfarçada de grito.

Quando mudamos o olhar, tudo muda.

1.8. Três caminhos para enxergar melhor uma criança

O contexto importa; mas sem romantizar.

Nenhum comportamento acontece por acaso.

Uma crise no supermercado pode não ser “birra”, haja vista que se pode tratar de uma reação a um ambiente barulhento e caótico demais.

Uma criança que grita pode não estar “malcriada”, mas sim pedindo ajuda — do jeito que aprendeu.

Acolher o contexto não é passar pano. É escutar melhor.

Toda criança tem uma potência, mesmo que escondida.

Nem toda criança aprende da mesma forma, nem expressa suas emoções do mesmo jeito.

Algumas têm talentos visíveis; outras têm tesouros mais silenciosos.

Cabe a nós, adultos, ajudá-las a desenterrá-los com cuidado e paciência.

Pense que potencial não é o grito, mas o sussurro.

O tempo da criança é vivo.

Algumas andam aos 10 meses, outras aos 15.

Algumas falam cedo, outras observam muito antes de se expressar.

Respeitar o ritmo não é omissão, mas também não é pressa.

É atenção com presença, é apoio com escuta e intervenção com sensibilidade.

Lembre-se: crescer também é viver o que dói.

Na tentativa de poupar as crianças da dor, podemos acabar privando-as do aprendizado que ela carrega. Frustração, tristeza, raiva e decepção fazem parte da vida — e ajudam a formar uma estrutura emocional resiliente e adaptável.

Vivemos em uma sociedade que busca anestesiá-la a dor, apagar o sofrimento e evitar a tristeza a qualquer custo — como se essas emoções fossem sinal de fraqueza ou fracasso.

Porém, a tristeza tem seu lugar.

É ela quem, muitas vezes, nos faz parar; repensar; reorganizar; e, principalmente, sentir.

Sem atravessar a própria dor, dificilmente conseguimos compreender a dor do outro. Sem aceitar a vulnerabilidade, ficamos presos a uma bolha de exigências e expectativas irreais.

A experiência do sofrimento pode ampliar nosso olhar. Ela nos humaniza, aprofunda e nos ensina a lição de que não somos invencíveis — e tudo bem.

Há uma força silenciosa em continuar, mesmo quando dói.

Há uma coragem imensa em reconhecer a tristeza como parte da jornada.

E há sabedoria quando entendemos que sentir não é sinal de fraqueza, mas de presença.

Crescer também é viver o que dói.

Essa reflexão milenar nos convida a rever a ideia de que felicidade é o único objetivo válido.

A vida real envolve altos e baixos, e são os momentos difíceis que nos empurram para dentro, revelando forças que não sabíamos que tínhamos.

No contexto do desenvolvimento infantil, isso significa não evitar toda frustração, mas apoiar a criança enquanto ela a enfrenta, oferecendo presença, nomeando sentimentos, e validando emoções. Privar uma criança de toda frustração é como tentar criar uma planta sem vento. É o vento que fortalece as raízes.

A busca por uma infância sem dor pode gerar adultos despreparados para os desafios da vida. O papel do adulto não é eliminar os obstáculos, mas estar ao lado enquanto eles são enfrentados.

A maturidade emocional não nasce do riso constante, mas da travessia amorosa pelos dias difíceis.

1.9. Integração e desenvolvimento

A fragmentação do olhar — quando enxergamos apenas o sintoma, o atraso ou o comportamento isolado — impede a escuta profunda e a verdadeira conexão. O desenvolvimento infantil não acontece por etapas isoladas; no entanto, por interações vivas, dinâmicas e complexas.

Como nos lembra Edward L. Deci, o desenvolvimento não é algo feito à criança pelo mundo social, mas algo que a criança faz ativamente, com o apoio

e o estímulo do mundo ao seu redor. A autonomia — quando promovida com segurança e afeto — permite à criança tomar as rédeas do seu processo de crescimento, explorando, questionando, caindo e levantando.

Esse olhar integral não é apenas sobre a criança. Ele nos transforma também. Porque quando aprendemos a ver melhor, também aprendemos a cuidar melhor — de nós, do outro e do mundo que habitamos.

Quando o comportamento fala por dentro o que aparece ou o que pode estar por detrás?

Quando evita contato físico seria	Timidez? Cansaço? Medo? Ou dificuldades em interações sociais mais amplas?	“Será que ela só precisa de mais tempo e menos agito?” “Será que está tendo dificuldades reais de se conectar?”
Agressividade	Raiva? Dor emocional? Frustração por não conseguir se comunicar de outra forma?	“Será que alguém está escutando de verdade o que ela sente?”
Distração constante	Tédio? Ansiedade? Sobrecarga sensorial? Ou dificuldade de autorregulação ou foco?	“Será que o corpo dela está tentando fugir do que é difícil?”
Evita olhar nos olhos	Insegurança? Estímulo visual excessivo? Ou possível sinal de neurodivergência?	“Será que isso é um traço para ser investigado com mais cuidado?”
Comportamentos repetitivos	Regulação sensorial? Interesse intenso? Ou sinal de rigidez cognitiva?	“Será que este padrão se repete em outros contextos também?”