

A INFLUÊNCIA DA HIPERATIVIDADE DO TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE (TDAH) NA DINÂMICA DA RELAÇÃO ENTRE PAIS E FILHOS.

Anderson Rafael Américo do Nascimento

Fernando Antônio Correia Franco da Encarnação Júnior

Ulisses Paulo da Silva Neto

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisar a influência da hiperatividade, um dos principais sintomas do Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), na dinâmica da relação entre pais e filhos. A pesquisa parte do pressuposto de que a hiperatividade pode afetar significativamente o comportamento da criança no ambiente familiar, gerando desafios na convivência, na comunicação e no fortalecimento do vínculo afetivo. A pesquisa busca, inicialmente, investigar de que forma a hiperatividade impacta o comportamento da criança dentro do contexto doméstico. Em seguida, analisa os efeitos desse sintoma nas interações entre pais e filhos, com ênfase na qualidade da comunicação e na construção de laços emocionais. Ao explorar essas questões, pretende-se contribuir para a compreensão dos efeitos do TDAH nas relações familiares e destacar a importância de estratégias de manejo adequadas para promover um ambiente mais equilibrado e acolhedor para todos os envolvidos.

Palavras-chave: TDAH. Hiperatividade. Relação pais e filhos.

1. INTRODUÇÃO

O Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) é uma condição neuropsiquiátrica que afeta o desenvolvimento comportamental, cognitivo e emocional de crianças e adolescentes. Segundo a (American Psychiatric Association, 2014), o TDAH caracteriza-se por padrões persistentes de desatenção e/ou hiperatividade-impulsividade, que interferem no funcionamento ou desenvolvimento da criança. A hiperatividade como um dos seus principais sintomas, pode interferir diretamente na dinâmica familiar, dificultando a comunicação e o vínculo entre pais e filhos. Esta pesquisa tem como objetivo geral analisar a influência da hiperatividade do TDAH na relação entre pais e filhos, observando tanto os efeitos no comportamento da criança quanto os impactos na comunicação e nas interações familiares. A escolha do tema se justifica pela crescente incidência de diagnósticos de TDAH e pela importância de compreender não apenas os aspectos clínicos do transtorno, mas também suas repercussões nas relações familiares. Assim, a pesquisa se orienta pelo seguinte problema: como a hiperatividade do TDAH pode influenciar na dinâmica da relação entre pais

1 Graduando em Psicologia na Faculdade ESUDA

2 Graduando em Psicologia na Faculdade ESUDA

3 Graduando em Psicologia na Faculdade ESUDA

e filhos? Para responder a essa questão, foram definidos os seguintes objetivos específicos: investigar como a hiperatividade pode influenciar o comportamento da criança com TDAH no ambiente familiar; e analisar os impactos da hiperatividade na qualidade das relações emocionais entre pais e filhos.

2. A HIPERATIVIDADE DO TDAH E O IMPACTO NA RELAÇÃO ENTRE PAIS E FILHOS

O TDAH, ou Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade, é uma condição que tem se tornado cada vez mais conhecida e também debatida nos contextos familiares e escolares. Embora esteja mais associado às dificuldades na escola, ele afeta profundamente a vida em casa, especialmente quando o sintoma mais evidente é a hiperatividade. Crianças hiperativas costumam apresentar um elevado nível de energia e inquietação motora. Elas se movimentam o tempo todo, falam sem parar, interrompem conversas e têm dificuldade de esperar sua vez (BARKLEY, 2013).

Em um ambiente como o familiar, onde a rotina e o convívio exigem um mínimo de organização, essas características podem gerar bastante tensão. É comum que pais se sintam perdidos, cansados e até mesmo frustrados diante de comportamentos que, à primeira vista, parecem ser apenas desobediência ou falta de limites.

Mas é importante lembrar que a criança com TDAH não age assim por escolha. Na verdade, ela enfrenta uma dificuldade real em controlar seus impulsos e manter o foco. Quando os pais não compreendem isso, o risco é que acabem se comunicando de forma negativa com os filhos usando broncas em excesso, punições rígidas ou, por outro lado, sendo permissivos por estarem exaustos. Esse desequilíbrio na forma de educar acaba criando um ciclo complicado: a criança continua agitada, os pais se sentem frustrados, e o vínculo afetivo vai se desgastando.

Além disso, a comunicação dentro da casa pode ser afetada. Conversas viram discussões, os pais se sentem sem voz, e os filhos não se sentem ouvidos. Isso é especialmente preocupante porque o diálogo é uma das principais ferramentas para fortalecer os laços afetivos entre pais e filhos. Quando esse canal se fecha, surgem sentimentos de culpa, rejeição e até distanciamento emocional.

Por isso, mais do que buscar apenas o tratamento clínico para a criança, é essencial que a família receba orientação profissional para compreender o TDAH, adotar estratégias funcionais e estabelecer uma convivência mais harmônica. Quando os pais aprendem mais

sobre o TDAH, compreendem os comportamentos dos filhos de uma maneira diferente e conseguem adotar estratégias mais funcionais no dia a dia como estabelecer rotinas claras, usar reforço positivo e criar momentos de escuta e afeto.

Cuidar de uma criança com TDAH não é tarefa simples, mas também não precisa ser um fardo solitário. Com apoio profissional, empatia e paciência, é possível transformar a convivência familiar em algo mais leve, afetoso e respeitoso para todos os envolvidos.

3. COMO A HIPERATIVIDADE AFETA O COMPORTAMENTO DA CRIANÇA EM CASA

No contexto doméstico, a hiperatividade manifesta-se por comportamentos como dificuldade em permanecer sentado, interrupções constantes e desatenção frequente, comprometendo a organização da rotina (OLIVEIRA, 2017).

Para os pais, essas atitudes podem parecer sinais de desobediência ou falta de limites. No entanto, é importante lembrar que, na maioria das vezes, a criança não age assim de propósito. A impulsividade típica do TDAH faz com que ela aja antes de pensar, e a inquietação torna difícil manter o foco por longos períodos até mesmo em atividades que ela gosta.

Esse cenário exige dos pais uma paciência fora do comum e, mais do que isso, uma série de habilidades específicas de manejo que nem todos desenvolveram. Afinal, muitos adultos também estão lidando com suas próprias rotinas cheias, estresse, cansaço e, muitas vezes, falta de apoio.

É nesse ponto que as coisas podem começar a se complicar. Quando os cuidadores não têm estratégias para lidar com os comportamentos desafiadores, acabam adotando posturas muito rígidas ou, ao contrário, permissivas demais. E isso cria um ciclo difícil de quebrar: os pais se frustram, a criança se sente incompreendida, e o relacionamento começa a se desgastar.

Além disso, é comum que um dos membros da família geralmente a mãe sinta-se sobrecarregado, especialmente quando não conta com apoio suficiente de outros familiares ou da rede social ao redor. O cansaço emocional, somado à falta de informações sobre o transtorno, pode gerar sentimentos de culpa, solidão e até desgaste no vínculo afetivo com a criança.

Por isso, é fundamental que os pais tenham acesso a orientações adequadas, tanto de profissionais quanto por meio de espaços de escuta e acolhimento. Quando os adultos compreendem o que está por trás do comportamento da criança, fica mais fácil agir com empatia e buscar formas mais saudáveis de conduzir a rotina familiar.

Investir nesse tipo de apoio não apenas melhora a convivência no presente, mas também contribui para o desenvolvimento emocional da criança no futuro. Um ambiente familiar mais compreensivo e estruturado ajuda a criança com TDAH a se sentir segura, acolhida e, principalmente, respeitada em sua individualidade.

4. IMPACTOS NA COMUNICAÇÃO E NO VÍNCULO AFETIVO

Um dos efeitos mais delicados da hiperatividade nas crianças com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) é a forma como ela afeta a comunicação dentro da família. Falar, ouvir, esperar a vez de se expressar, tudo isso, que parece simples no cotidiano, pode se tornar um grande desafio.

Crianças com TDAH tendem a interromper conversas, mudar de assunto rapidamente e não acompanhar diálogos, o que torna a comunicação familiar desgastante (SILVA; CAPOVILLA, 2011).

Essas dificuldades vão, pouco a pouco, desgastando o vínculo afetivo entre pais e filhos. Afinal, a base de qualquer relação saudável está na escuta e na troca e quando isso falha, surgem sentimentos de rejeição de ambos os lados. Os pais podem sentir que seus esforços não são reconhecidos. A criança, por sua vez, pode se sentir constantemente repreendida ou incompreendida, o que afeta diretamente sua autoestima e seu senso de pertencimento no ambiente familiar.

Outro ponto importante é que, em muitos lares, a comunicação se torna, quase que exclusivamente, focada em correções de comportamento. Isso significa que as interações passam a girar em torno do que está errado: “pare com isso”, “não faça aquilo”, “preste atenção”. Com o tempo, esse padrão pode sufocar o espaço para conversas afetuosas, elogios e momentos de conexão emocional genuína.

Quando os pais não possuem estratégias adequadas de manejo ou desconhecem o impacto real do TDAH no comportamento da criança, é comum que adotem estilos educativos inconsistentes ora muito rígidos, ora permissivos. Essa instabilidade também contribui para

que a criança se sinta insegura e confusa, o que dificulta ainda mais o fortalecimento do vínculo familiar.

Por isso, é fundamental investir em uma comunicação mais empática, que vá além da correção e inclua escuta ativa, validação emocional e tempo de qualidade juntos. Mesmo com as dificuldades, é possível construir um ambiente de confiança onde a criança se sinta aceita como ela é. Pequenas atitudes diárias como elogiar conquistas, mesmo as mais simples, ou parar para ouvir com atenção o que a criança quer dizer fazem uma enorme diferença.

Em resumo, o desafio não está apenas nos comportamentos típicos da hiperatividade, mas em como eles são compreendidos e acolhidos dentro da dinâmica familiar. Quando os pais se sentem preparados e apoiados para lidar com essas questões, a comunicação melhora e o vínculo afetivo pode se fortalecer, mesmo diante das adversidades.

5. ESTRATÉGIAS PARA MELHORAR A RELAÇÃO FAMILIAR

É possível promover um ambiente mais equilibrado e afetivo. O primeiro passo é buscar orientação especializada. De acordo com (SILVA; CAPOVILLA, 2011), programas de treinamento parental promovem melhoras significativas na relação entre pais e filhos, ao ensinarem estratégias de comunicação, disciplina positiva e resolução de conflitos.

Além disso, uma rotina clara e previsível ajuda à criança a compreender os limites. Regras simples, combinadas com acolhimento emocional constante, favorecem a construção de um vínculo seguro. Segundo (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2005), o desenvolvimento de habilidades sociais nos cuidadores é essencial para a mediação de conflitos e o fortalecimento dos laços familiares.

O suporte social também faz toda a diferença. Quando os pais, especialmente as mães, sentem que não estão sozinhos seja com a ajuda de outros familiares, de amigos ou até de grupos de apoio, o nível de estresse tende a diminuir. E isso impacta diretamente na forma como educam, comunicam e acolhem seus filhos.

Por fim, é importante dizer que não existe receita pronta. Cada família tem sua dinâmica, seus valores e seus desafios. O mais importante é estar disposto a aprender, adaptar e buscar ajuda sempre que necessário. Com paciência, empatia e informação, é possível transformar os conflitos em oportunidades de crescimento e fortalecer os vínculos familiares mesmo diante das dificuldades do TDAH.

6. CONCLUSÃO

A hiperatividade, um dos principais sintomas do Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), tem impactos profundos na dinâmica familiar, afetando diretamente a convivência, a comunicação e o vínculo afetivo entre pais e filhos. Como foram abordados, ao longo deste trabalho, os comportamentos típicos da criança com TDAH, como impulsividade, inquietação e dificuldade em manter o foco, não são sinais de desobediência ou falta de disciplina, mas sim reflexos de uma condição neurológica real e desafiadora. Esses comportamentos, embora compreensíveis sob a ótica do transtorno, geram dificuldades significativas nas rotinas familiares, frequentemente exacerbando o estresse e a frustração tanto de pais quanto de filhos.

A falta de estratégias adequadas para lidar com esses comportamentos pode levar os pais a adotarem estilos de disciplina inconsistentes, ora excessivamente rígidos, ora permissivos, o que contribui para a deterioração do vínculo afetivo. Além disso, a comunicação familiar é prejudicada, pois os pais frequentemente se veem limitados a correções constantes, sem espaço para momentos de escuta, acolhimento e validação emocional. Esse enfraquecimento da comunicação e da conexão afetiva compromete a autoestima da criança e pode gerar um ciclo de distanciamento emocional, prejudicando o desenvolvimento emocional da criança e a qualidade da convivência familiar.

No entanto, este trabalho também apresentou alternativas viáveis para enfrentar esses desafios. O fortalecimento do vínculo familiar e a melhoria da convivência dependem de um esforço conjunto, que envolve tanto os pais quanto outros membros da família, profissionais da saúde, da educação e a rede de apoio social. Investir em programas de orientação e capacitação para os pais, promover um ambiente estruturado e previsível, e adotar estratégias de comunicação empática são passos fundamentais para transformar o ambiente familiar. Além disso, o apoio emocional, tanto para os pais quanto para a criança, é essencial para reduzir o estresse e fortalecer a resiliência da família.

A construção de uma convivência harmoniosa não exige perfeição, mas sim paciência, empatia e uma abordagem constante de aprendizagem. A compreensão do TDAH e a adoção de práticas educativas baseadas na escuta ativa, no respeito às individualidades e na consistência nas regras e rotinas são componentes essenciais para superar as dificuldades impostas pela hiperatividade.

Em última análise, ao reconhecermos as dificuldades enfrentadas pelas crianças com TDAH e oferecermos o apoio necessário, podemos criar um ambiente mais acolhedor e propício ao desenvolvimento saudável, tanto da criança quanto dos pais. Portanto, o enfrentamento dos desafios familiares impostos pelo TDAH deve ser uma responsabilidade compartilhada, envolvendo o compromisso de todos os envolvidos, com o objetivo de transformar os obstáculos do dia a dia em oportunidades para o fortalecimento dos laços afetivos e para o crescimento conjunto.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5**. 5. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BARKLEY, Russell A. **Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade: Guia Completo para o Diagnóstico e Tratamento**. 3. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

BOWLBY, J. **Apego: a natureza do vínculo**. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

DEL PRETTE, Zilda A. P.; DEL PRETTE, Almir. **Psicologia das Habilidades Sociais na Infância: teoria e prática**. Petrópolis: Vozes, 2005.

OLIVEIRA, Mariana S. et al. Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade e suas implicações no contexto familiar. **Revista Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora, v. 11, n. 1, p. 84-93, 2017. DOI: <https://doi.org/10.34019/2238-152X.2017.v11.18605>

SILVA, Anete P. da; CAPOVILLA, Fernando C. **Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade: efeitos de um programa de treinamento de pais na relação pais-filhos**. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 24, n. 4, p. 709–717, 2011.