

Dra. Natália Rosendo



Crianças que sentem demais

Espiritualidade e altas habilidades na infância.

Como identificar a sensibilidade espiritual nas crianças superdotadas — e acolher seu potencial sem medo ou rótulos



Sumário

Introdução.....	pg.03
Superdotação além do Q.I.....	pg.04
Sinais de uma criança espiritualizada com altas habilidades.....	pg.06
O que a ciência e a psicologia já reconhecem.....	pg.10
Riscos do não reconhecimento.....	pg.15
Como acolher essa criança no dia a dia.....	pg.19
Como não patologizar o invisível.....	pg.23
Checklist.....	pg. 27
Quando acolher o invisível transforma o visível.....	pg. 31

Introdução

Quando a alma é intensa
desde cedo.



Algumas crianças parecem carregar o peso do mundo mesmo com poucos anos de vida. Fazem perguntas profundas antes mesmo de aprenderem a amarrar os sapatos. Sentem a dor do outro como se fosse delas. Choram diante de injustiças que a maioria dos adultos mal percebe. Outras, olham para o céu e perguntam sobre a morte, sobre Deus, sobre o sentido da vida — com olhos brilhantes e coração inquieto.

Essas crianças, muitas vezes identificadas com altas habilidades ou superdotação, têm algo que vai além do intelecto. Existe nelas uma sensibilidade espiritual que desafia rótulos e manuais. Elas intuem. Percebem. Se conectam. E por isso, sofrem quando são incompreendidas ou silenciadas.

Este eBook nasce para acolher essas almas — e também os adultos que cuidam delas. Aqui, vamos explorar o que é essa espiritualidade precoce, como ela se manifesta nas crianças superdotadas e, principalmente, como protegê-las sem apagar sua luz.



Superdotação além do QI: a dimensão espiritual esquecida





Quando se fala em superdotação, é comum pensar em crianças com QI alto, desempenho escolar acima da média ou habilidades lógicas e verbais intensificadas. No entanto, a ciência do desenvolvimento humano já reconhece que esse é apenas um pedaço da história.

Modelos mais amplos de altas habilidades, como o proposto por Kazimierz Dabrowski, por exemplo, falam em superexcitabilidades – formas intensificadas de perceber e reagir ao mundo. Entre elas, está a superexcitabilidade emocional e existencial, que muitas vezes se manifesta como espiritualidade precoce.

Essas crianças não apenas pensam diferente — elas sentem diferente. Sentem mais fundo. Questionam a existência, falam sobre reencarnação sem que ninguém tenha lhes ensinado, sonham com outras vidas, descrevem sensações que não cabem em explicações racionais. Algumas têm intuições inesperadas. Outras, relatam experiências simbólicas — como se estivessem conectadas a algo maior, invisível, mas real.

Essas manifestações não são patológicas. Também não são meras fantasias infantis. São parte de um universo interno vasto e profundo, que precisa ser respeitado e compreendido.

Quando essa dimensão espiritual é ignorada, a criança pode se sentir perdida, deslocada, até mesmo com medo de si mesma. Mas quando é reconhecida e acolhida com amor e sabedoria, ela floresce. E cresce com uma força que vem de dentro — da alma.

Sinais de uma criança espiritualizada com altas habilidades



A espiritualidade na infância pode se manifestar de formas sutis, profundas e, muitas vezes, difíceis de compreender à luz de uma visão apenas racional. Quando essa espiritualidade se cruza com o perfil de altas habilidades, o resultado costuma ser uma criança que encanta e desafia, ao mesmo tempo.

A seguir, apresento os sinais mais frequentes em crianças que apresentam sensibilidade espiritual associada à superdotação. Nem todos estarão presentes, mas basta que alguns se manifestem com intensidade para que o olhar cuidadoso se faça necessário.

1. Questionamentos existenciais precoces

Crianças superdotadas espirituais costumam fazer perguntas complexas desde muito pequenas:

“Por que as pessoas morrem?”

“O que tem depois do céu?”

“Se Deus ama todo mundo, por que tem guerra?”

Essas falas não são decoradas nem repetidas: nascem de uma inquietação autêntica.

2. Empatia profunda (às vezes, até dolorosa)

Essas crianças sofrem com a dor alheia como se fosse própria. Podem chorar ao ver um animal ferido, não suportar notícias tristes ou se desesperarem com conflitos familiares. Têm uma intuição emocional muito aguçada — percebem o que não é dito.

3. Sensações ou percepções sutis

É comum relatarem que “sentem coisas no ambiente”, como frio



repentino, energia pesada ou presenças invisíveis. Às vezes, dizem que sonharam com algo antes que acontecesse, ou sentem que algo ruim vai acontecer — e isso de fato ocorre. Nem sempre é mediunidade; muitas vezes, é apenas uma sensibilidade ampliada.

4. Conexão com a natureza, o céu ou o “invisível”

Algumas crianças passam longos períodos olhando para o céu, fazem perguntas sobre as estrelas ou falam com naturalidade sobre anjos, guias ou seres espirituais. Sentem paz junto a animais e plantas, gostam de silêncio e de observar o mundo em detalhes.

5. Comportamento simbólico ou ritualístico

Elas criam gestos de proteção, fazem orações espontâneas, acendem “luzinhas imaginárias” ou inventam rituais antes de dormir. Isso não é TOC ou delírio — muitas vezes são tentativas naturais de se organizar diante da intensidade interna.

6. Vocabulário espiritual espontâneo

Mesmo sem ensino religioso formal, usam palavras como “luz”, “alma”, “energia”, “universo”, “missão” ou “vida passada” com naturalidade. Não raramente, os pais se assustam: “*Nunca falamos disso em casa... de onde ela tirou isso?*”

7. Busca de sentido desde muito cedo

A criança quer saber o “porquê” de tudo — mas não se contenta com respostas simplistas. Ela busca propósito, coerência e verdade. E quando não encontra, se frustra ou se cala.



8. Isolamento voluntário ou sofrimento com o mundo

Por vezes, essas crianças preferem brincar sozinhas, têm poucos amigos ou sofrem por se sentirem deslocadas. O mundo parece “superficial” demais para elas. Podem dizer frases como:

“Sinto que não sou daqui.”

“Ninguém me entende.”

“Queria voltar pro lugar de onde vim.”

Importante: não patologizar

Esses traços podem ser confundidos com quadros de ansiedade, TDAH, depressão, TEA ou até alucinações. O papel do profissional — e da família — é olhar para o contexto e para a coerência do relato da criança, antes de rotular. Quando acolhidas, essas crianças geralmente se acalmam e encontram formas saudáveis de expressão.

No próximo capítulo, vamos falar sobre o que a ciência e a psicologia já reconhecem sobre espiritualidade na infância e em crianças com altas habilidades — incluindo autores, evidências e o papel da fé no desenvolvimento.



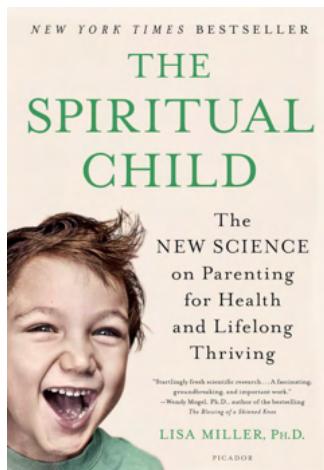
O que a ciência e a psicologia já reconhecem





Durante muito tempo, espiritualidade e ciência caminharam em lados opostos. No entanto, nos últimos anos, pesquisadores e clínicos começaram a compreender que a espiritualidade não é necessariamente religiosa, mística ou subjetiva demais para ser estudada — especialmente quando se trata da infância.

Estudos mostram que a espiritualidade pode ter efeitos positivos no bem-estar emocional, na saúde mental, no desenvolvimento moral e até no funcionamento cerebral. E quando falamos de crianças com altas habilidades, esse campo de investigação se torna ainda mais relevante.



1. Lisa Miller e a ciência da espiritualidade infantil

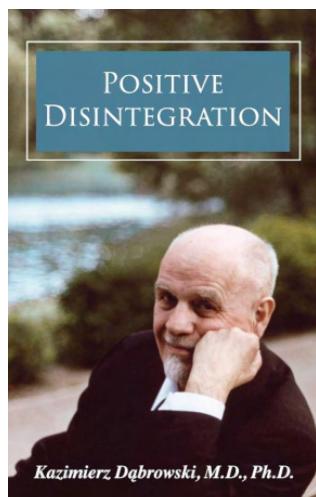
Uma das principais pesquisadoras do mundo nesse tema é a psicóloga americana Lisa Miller, da Universidade de Columbia. Em seu livro “O Cérebro Espiritual da Criança”, ela apresenta décadas de estudos mostrando que:

- Crianças com espiritualidade saudável apresentam maior resiliência emocional.



- A espiritualidade natural da infância é inata, mas pode ser fortalecida ou abafada conforme o ambiente.
- Crianças com um senso de conexão com algo maior (Deus, natureza, energia, amor universal) têm menores índices de depressão e ansiedade.

Elá defende que a espiritualidade deve ser entendida como uma capacidade neurobiológica, com base em regiões cerebrais específicas ligadas à percepção de propósito, empatia e intuição.



2. Superdotação e desenvolvimento existencial

No campo da superdotação, o psicólogo Kazimierz Dabrowski é um dos nomes mais relevantes. Sua Teoria da Desintegração Positiva descreve o desenvolvimento emocional e moral de pessoas altamente sensíveis, e traz o conceito de superexcitabilidades – intensificações que podem ocorrer no plano sensorial, intelectual, emocional, imaginativo e existencial.

A superexcitabilidade existencial está diretamente relacionada à



espiritualidade. Crianças com esse traço:

- Vivenciam crises de sentido desde cedo
- Refletem sobre a vida, a morte e a moralidade com profundidade
- Buscam coerência entre o que pensam, sentem e acreditam

Dabrowski via essas crises como parte essencial do crescimento pessoal — não como algo patológico, mas como um chamado à evolução interna.

3. Outros autores e modelos relevantes

- Stephanie Tolan (psicóloga e autora): destaca que crianças superdotadas podem ter uma “sensibilidade espiritual” tão intensa quanto sua inteligência, e que isso deve ser parte do olhar clínico e pedagógico.
- Neihart & Pfeiffer (2002): sugerem que o desenvolvimento espiritual pode ser uma das dimensões do “funcionamento ótimo” em crianças superdotadas.
- Howard Gardner, ao propor a Teoria das Inteligências Múltiplas, cogitou uma “inteligência espiritual”, embora tenha preferido usar o termo “inteligência existencial”.

4. Espiritualidade ≠ religião

É essencial deixar claro: espiritualidade não é sinônimo de religiosidade.



Enquanto a religiosidade envolve crenças e práticas organizadas, a espiritualidade infantil é, muitas vezes, uma experiência natural, intuitiva e subjetiva de conexão com algo maior.

Essa dimensão pode (ou não) se expressar por meio da religião, mas existe mesmo em crianças criadas em lares seculares.

Reconhecer a espiritualidade na infância — especialmente em crianças com altas habilidades — não é misticismo: é ciência, é saúde, é acolhimento. E quando o profissional ou cuidador oferece um espaço seguro para que essa dimensão se manifeste, a criança floresce em sua totalidade.



Riscos do não reconhecimento: quando o invisível vira sofrimento





Crianças com sensibilidade espiritual e altas habilidades não costumam sofrer por serem “estranhas” — elas sofrem porque não são vistas. Sofrem por sentirem muito e não saberem o que fazer com isso. Por fazerem perguntas que os adultos não sabem responder. Por viverem num mundo onde intensidade e intuição ainda são confundidos com problema.

Ignorar essa dimensão, ou tratá-la como fantasia, pode deixar marcas profundas — emocionais, cognitivas e relacionais.

1. Sensação de inadequação precoce

A criança espiritualizada que é constantemente interrompida, corrigida ou ridicularizada começa a internalizar a ideia de que é errada, exagerada ou fora do lugar. Pode ouvir frases como:

- “Para com isso, que bobagem.”
- “Você está inventando.”
- “Isso é coisa da sua cabeça.”

Com o tempo, ela aprende a calar sua intuição, esconder seus sentimentos e se adaptar a um mundo que não a reconhece. Mas o preço disso é alto: ansiedade, autossabotagem, retraimento social e até depressão na infância.

2. Diagnósticos equivocados

Quando os adultos não compreendem a sensibilidade da criança, é comum que ela receba diagnósticos inadequados ou incompletos, como:

- Transtorno de ansiedade
- TDAH



- TEA
- Depressão infantil
- Transtornos psicóticos

Embora alguns quadros possam, de fato, coexistir com a espiritualidade sensível, muitas vezes o que está sendo visto como sintoma é, na verdade, expressão legítima da alma da criança.

O risco é que intervenções desnecessárias (medicação precoce, rótulos clínicos, exclusão escolar) afastem a criança de sua essência, em vez de ajudá-la a se desenvolver.

3. Bloqueio da criatividade e da potência

Muitas crianças com espiritualidade viva têm também um alto grau de imaginação criativa, expressão simbólica, pensamento divergente e conexão com o invisível. Se essas qualidades forem tratadas como “delírios”, “teimosia” ou “excentricidade”, correm o risco de serem reprimidas — e com isso, bloqueia-se também a potência da criança.

Adultos espiritualmente bloqueados foram, um dia, crianças desacreditadas.

4. Vulnerabilidade emocional e isolamento

Crianças muito sensíveis que não encontram espaço para se expressar tendem a:

- Isolar-se emocionalmente
- Ter dificuldades de pertencimento
- Buscar refúgio em mundos imaginários ou paralelos



- Desenvolver estratégias de autodefesa (perfeccionismo, agressividade, apatia)

Sem apoio, elas podem viver uma infância marcada por solidão existencial, mesmo rodeadas de amor.

Mas há saída: reconhecimento e acolhimento

Quando um adulto olha para essa criança com curiosidade amorosa — sem medo, sem pressa de explicar, sem pressa de corrigir — algo se transforma. A criança se sente segura para ser quem é. E começa a crescer a partir da própria essência.

Espiritualidade não precisa ser compreendida para ser respeitada. Basta que seja reconhecida como parte legítima da experiência humana — inclusive (e talvez, principalmente) na infância.



Como acolher essa criança no dia a dia: rituais, escuta e proteção emocional





Acolher uma criança espiritualmente sensível não significa “moldá-la” nem “protegê-la de tudo”. Significa criar um ambiente em que ela possa florescer em segurança, com liberdade para sentir, perguntar, acreditar e se conectar com o que lhe é sagrado — mesmo que o adulto não compreenda tudo.

Aqui estão algumas estratégias práticas, simples e profundas que podem ser aplicadas por mães, pais, profissionais de saúde e educadores:

1. Escuta acolhedora: não interrompa o invisível

Ao relatar sonhos, intuições ou percepções sutis, a criança precisa ser ouvida sem julgamento e sem pressa de responder. Evite frases como:

“Isso é só *imaginação*.”

“Você está *inventando*.”

“Isso *não existe*.”

Substitua por:

“Me conta *mais sobre isso*.”

“Como você se *sentiu*? ”

“Isso é *importante pra você*? ”

Mesmo que o adulto não compartilhe das mesmas crenças, o vínculo se fortalece quando a escuta é amorosa e presente.

2. Rituais simbólicos e rotina espiritualizada

Crianças com essa sensibilidade se sentem seguras com rituais



rituais simbólicos, mesmo que simples:

- Acender uma vela (sempre com supervisão) antes de dormir ou em momentos difíceis
- Fazer um “pote da gratidão” ou “caixinha de orações”
- Criar desenhos ou diários com anjos, luzes, elementos da natureza
- Ter um cantinho de silêncio ou contemplação em casa

Não é sobre religiosidade — é sobre sentido, presença e proteção emocional.

3. Proteção energética e emocional

Essas crianças captam tudo. Ambientes carregados, emoções alheias, conflitos familiares. Por isso, é essencial:

- Evitar exposição a notícias violentas, discussões ou sobrecarga de estímulos
- Ensinar formas de “se proteger”, como imaginar uma luz dourada, usar um amuleto simbólico, fazer respirações conscientes
- Cuidar da própria energia dos adultos ao redor — pois elas sentem o que os pais não dizem

4. Validação das emoções e do silêncio

Nem toda criança espiritualizada fala muito — algumas apenas sentem profundamente e se recolhem. Em ambos os casos, a regra é: valide o que ela vive.

Se chorar sem “motivo aparente”, acolha o choro. Se ficar introspectiva, não force a extroversão. Se falar sobre vidas passadas ou



“presenças”, pergunte com gentileza — e depois observe como isso impacta seu estado emocional.

5. Espelho seguro: seja o adulto que a vê

Crianças intensas e sensíveis precisam de um adulto que as veja inteiras, não só pelo desempenho cognitivo, nem só pelas habilidades verbais — mas pela alma.

Esse espelhamento ajuda a criança a confiar em si mesma, desenvolver autoestima e integrar sua espiritualidade ao cotidiano.

Dica bônus: um gesto que acolhe sem palavras

Segurar a mão da criança em silêncio quando ela estiver aflita — sem tentar explicar, sem tentar consertar — é um dos maiores atos espirituais que um adulto pode oferecer. É presença. É amor em forma de gesto.



Como não patologizar o invisível: orientações para quem cuida





Quando uma criança fala sobre “ver luzes”, “ouvir vozes boas”, “sentir uma presença diferente”, ou demonstra forte conexão com temas existenciais, o profissional de saúde ou educação pode ficar em dúvida: é imaginação? É um transtorno mental? É religiosidade precoce? Ou é sensibilidade espiritual?

A linha entre o sensível e o patológico pode parecer tênue — mas há critérios clínicos, escuta qualificada e sensibilidade técnica que ajudam a fazer essa distinção com segurança e ética.

1. O que diferencia espiritualidade saudável de psicopatologia?

Aspecto	Espiritualidade Sensível
Coerência no discurso	Sim
Preservação do contato com a realidade	Sim
Senso de segurança interior	Geralmente presente
Integração com o cotidiano	A criança lida bem com suas percepções
Ausência de sofrimento	Curiosidade, não angustia



Uma criança pode dizer:

“Tem um anjo comigo quando eu durmo.”

Isso não é delírio — é símbolo, é fé, é segurança interna.

Já se disser:

“Tem uma voz mandando eu me machucar” — Aí sim estamos no campo do risco, e a escuta precisa ser técnica e imediata.

2. Cuidados para profissionais de saúde

- Evite deslegitimar de imediato experiências sutis (“Isso é só imaginação”)
 - Investigue o contexto familiar, cultural e emocional da criança
 - Observe se há sofrimento associado ou impacto funcional

Sempre que possível, valide com perguntas abertas, como:

“Você sente isso há muito tempo?”

“Isso te assusta ou te acalma?”

“Tem alguém que te ajuda quando isso acontece?”

A espiritualidade saudável pode ser recurso de enfrentamento e não um sintoma.

3. Cuidados para educadores e psicopedagogos

- Reconheça que espiritualidade não é um conteúdo curricular, mas uma dimensão do ser.



- Evite ridicularizações, punições ou intervenções que desvalorizem o sentir da criança
- Crie espaços de escuta ativa e expressão simbólica (desenho, histórias, rodas de conversa)
- Nunca trate uma criança espiritualizada como “esquisita” — isso fere sua identidade

Educar com respeito à espiritualidade é reconhecer a criança como um ser integral — corpo, mente, coração e alma.

4. Quando encaminhar? Quando acolher?

Encaminhe para avaliação clínica se houver:

- Sofrimento psíquico intenso
- Comprometimento funcional
- Conteúdo persecutório, violento ou delirante
- Regressão significativa de habilidades

Acolha no seu próprio setting se houver:

- Relatos simbólicos com sentido e coerência
- Expressão de espiritualidade como força ou consolo
- Curiosidade existencial sem sofrimento associado

Cuidar do invisível é um ato clínico e ético. A sensibilidade espiritual não precisa ser interpretada — apenas respeitada, observada e, quando necessário, guiada com amor e lucidez.

Essa postura não só protege a criança, como expande o olhar do profissional para um cuidado mais humano, mais completo e mais verdadeiro.

Checklist:

Minha criança tem traços de sensibilidade espiritual?





Esse checklist foi criado para apoiar mães, pais e profissionais na observação carinhosa e intencional de crianças que demonstram sinais de espiritualidade precoce, especialmente quando associada a traços de altas habilidades.

Importante: esse material não substitui avaliação clínica ou diagnóstica, mas serve como instrumento de reflexão e acolhimento.

Responda SIM ou NÃO para cada item abaixo:

- 1.** Meu filho(a) já fez perguntas sobre a morte, Deus, o universo ou a alma, antes dos 6 anos de idade.
- 2.** Demonstra empatia profunda, sofrendo ao ver alguém (ou um animal) em sofrimento.
- 3.** Fala sobre sentir presenças, ver luzes, ou pressentir coisas antes de acontecerem.
- 4.** Gosta de momentos de silêncio, contemplação ou solidão.
- 5.** Tem falas espontâneas sobre vidas passadas, anjos, energia ou luz.
- 6.** Cria rituais próprios para dormir, se proteger ou se concentrar.
- 7.** Costuma se entristecer com o sofrimento do mundo (guerra, fome, injustiça).
- 8.** Se mostra deslocado(a) ou incompreendido(a), mesmo em ambientes acolhedores.
- 9.** Parece ter um forte senso de missão ou propósito, mesmo sendo pequeno(a).



10. Demonstra espiritualidade mesmo sem influência religiosa direta no ambiente.

Interpretação acolhedora:

- **8 a 10 “SIMs”:** Sua criança tem forte sensibilidade espiritual associada a um perfil ampliado de desenvolvimento. Pode se beneficiar muito de escuta, proteção emocional e espaços simbólicos de expressão.
- **5 a 7 “SIMs”:** Há traços importantes que merecem atenção carinhosa. Mantenha o olhar sensível e amplie os espaços de diálogo.
- **0 a 4 “SIMs”:** Talvez sua criança tenha outras formas de sensibilidade. Isso não diminui seu valor nem sua complexidade — apenas indica que o eixo espiritual não é o mais predominante agora.

Indicações práticas – livros, recursos e ferramentas

Para adultos:

- *O Cérebro Espiritual da Criança* – Lisa Miller
- *Que Tal Se Fosse Verdade?* – Stephanie Tolan
- *Espiritualidade na Prática Clínica* – Alexandre Coimbra Amaral
- *A Criança Interior* – Charles Whitfield

Para crianças (e para usar juntos):

- *O Pequeno Grande Livro das Emoções* – Anna Llenas
- *Eu sou Luz* – Isabel Cintra
- *O Livro da Alma Infantil* – Eckhart Tolle (infantil adaptado)
- Diário de gratidão / caderno de orações ou sonhos ilustrado



Recursos terapêuticos:

- Meditações guiadas infantis (YouTube/Spotify – canais como “Relax Kids”, “Pequenos Grandes Pensantes”)
- Cartinhas de afirmação positivas (como “Afirmações da Alma”)
- Mandalas, livros de colorir simbólicos, pintura com aquarela livre

Finalizando...

A sensibilidade espiritual é um presente. Às vezes, embrulhado em desafio. Outras vezes, envolto em silêncio. Mas sempre carregado de potência.

Acolher essa dimensão é um ato de amor profundo — e um passo essencial para que essas crianças possam crescer inteiras.



Quando acolher o invisível transforma o visível





A infância é, por natureza, espiritual.

Antes das palavras, antes dos testes, antes dos diagnósticos — existe um campo sutil, onde a criança sente, intui, conecta. Algumas crianças, no entanto, sentem mais. Intuem com mais força. Percebem o que os outros não veem. Questionam o que muitos não ousam perguntar.

Essas crianças não estão “adiantadas”. Estão profundas. E o mundo, muitas vezes raso, não sabe o que fazer com elas.

Este eBook foi escrito para isso: para ajudar mães, pais e profissionais a reconhecerem o que não se mede — e protegerem o que não se vê. A espiritualidade na infância, especialmente quando associada às altas habilidades, é um chamado à escuta, à delicadeza e à coragem.

Sim, coragem.

Porque acolher essas crianças exige um adulto disposto a desaprender o óbvio, a escutar o simbólico e a honrar a alma — mesmo quando ela fala com voz de criança.

Se esse conteúdo tocou você...



Se ao longo dessas páginas você se viu dizendo “isso é o que meu filho sente”, “isso é o que eu vivo com meus pacientes” ou até “isso é o que eu senti quando era criança” — então talvez esse eBook tenha te ajudado a lembrar do que realmente importa:

- Que o desenvolvimento infantil vai além do cognitivo.
- Que o acolhimento cura mais que a correção.
- E que há luz onde há presença, escuta e intenção.
- Convite especial: vem comigo aprofundar esse olhar

Se você quer:

- Entender melhor como a espiritualidade e as altas habilidades se integram no desenvolvimento infantil
 - Ter apoio para acolher sua criança espiritualizada
 - Ou atuar profissionalmente com um olhar mais humano, ampliado e embasado...

Conheça meus projetos:

- *Mentoria Luminare* – para pediatras e profissionais que querem atuar com altas habilidades e sensibilidade emocional/espiritual
- *Atendimento clínico integrativo* – acolhimento individual para famílias e crianças que vivem essa intensidade
- *Conteúdos no Instagram* – siga @natrosendo para reflexões, vivências e informações práticas

Você também pode me escrever diretamente — será um prazer te ouvir.



Finalizo com uma frase que traduz este trabalho:

“As crianças vêm com luz própria. Nossa papel é garantir que o mundo não apague o brilho.”

— Dra. Natália Rosendo



Dra Natália Rosendo
Pediatra com foco em Altas
Habilidades/Superdotação
CRM 183712
RQE 132252