

EDUCAÇÃO PARENTAL



SER EDUCADOR É TER REGRAS!

Não esquecer:

- Os pais devem estar de acordo com as regras e com as sanções a aplicar;
- Os pais só devem enunciar castigos que sabem ser capazes de cumprir;
- Depois de anunciada a sanção, jamais deve ser retirada, ignorada ou “esquecida”.

Para refletir:

“Cada limite colocado abre uma oportunidade para o desenvolvimento de novas competências. Dizer a uma criança que tem de ir jantar, devendo, por isso, interromper o jogo, é mostra-lhe que tudo tem um começo, um meio e um fim, e também que é necessário ter prioridades.”

Para sugestões de temas, envie e-mail para:

- casm-mariaramos@outlook.pt
- aritaacastro@gmail.com

Regras. Nem sempre fáceis de impor por parte dos pais. É importante ter em atenção que a imposição de regras não traumatiza ninguém. Para que as crianças se tornem adultos saudáveis, é importante aprenderem a lidar com a frustração e a conhecer quais os seus limites.

É importante que a imposição de regras não surja numa fase avançada da vida da criança, uma vez que nessa altura a sua recetividade será quase inexistente.

A coerência de atitudes entre pai e mãe é fundamental na hora de impor regras e aplicar castigos. Quando os pais entram em conflito em relação à educação da criança, esta terá tendência a aceitar as regras de um, enquanto rejeita as regras do outro. É lógico que, nalgumas situa-



ções, os pais estarão em desacordo, devendo encontrar uma ocasião mais tranquila para discutir o assunto. As crianças devem crescer com a sensação de que os pais estão em sintonia quanto à sua educação e reagem de forma articulada quando é necessário intervir. Os pais não devem discutir em frente da criança questões relacionadas com a sua educação, pois estarão a transmitir-lhe fragilidades que não serão benéficas

para o seu desenvolvimento psicológico.

No que aos castigos diz respeito, estes variam de criança para criança, sendo que cada pai deve encontrar o castigo adequado ao seu filho. É importante ter em mente que o importante não é o castigo em si, mas aquilo que é transmitido através dele. Quando o castigo é aplicado, os pais não devem explicar de forma pormenorizada o motivo que os levou a aplicar a sanção, não se desculpando pelo que estão a fazer.

ESTRATÉGIAS DISCIPLINARES

“Time out” – consiste em retirar a criança do espaço onde está a usufruir de determinada atividade e atenção e colocá-la num outro espaço, onde fica temporariamente privada desses estímulos.

“Custo de resposta” – corresponde à perda de bens, atividades ou regalias valorizados pela criança, devido à exibição de comportamentos desadequados.

“Retirar a atenção” – perante um comportamento desadequado, o adulto ignora-o, podendo fingir que não vê ou afastando-se momentaneamente da situação.