

Informativo para pais, mães e ou cuidadores



Qual será o maior presente que seus filhos(as) podem ter?
O maior presente é o seu tempo!

Pense e descreva atividades que realiza junto com seus
filhos (as):

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

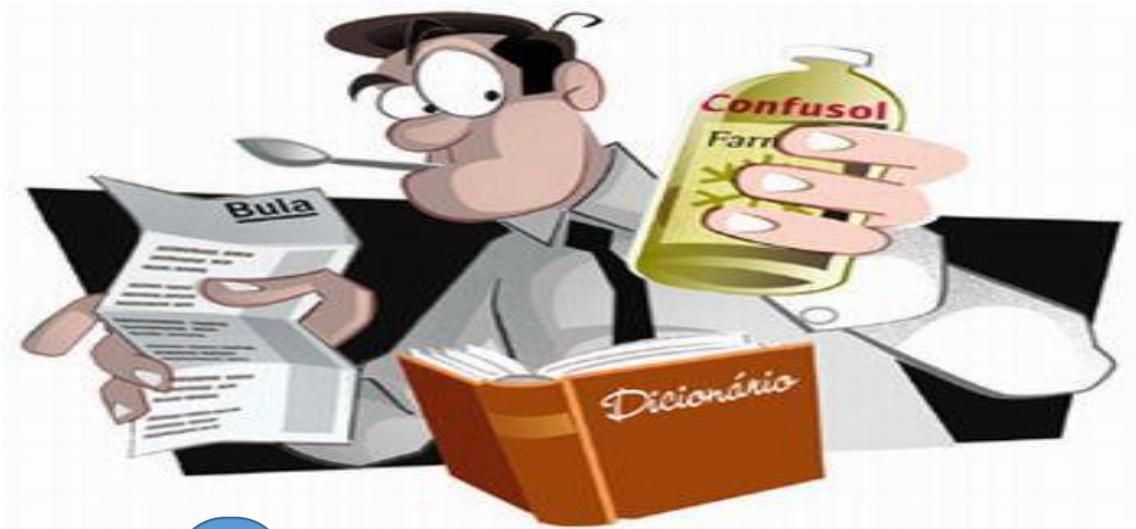
.....

Lembre-se: A qualidade do tempo é muito importante



Bula para filho como seria bom! Ou seria confusão?

Olho no olho costuma render resultados!



Limites



Limite é uma tarefa difícil para os pais atribuírem aos filhos que não nascem com bulas. Mas é uma tarefa exclusiva dos pais ou cuidadores, de mais ninguém!

A tarefa é complexa, ainda assim, é necessário persistir e insistir que aos poucos os filhos assimilam.

Nos primeiros anos de vida o bebê estabelece um vínculo forte de confiança e cuidados especialmente com a mãe. Desta forma, os limites estão imbricados nesta relação. Se a relação não for satisfatória há uma maior probabilidade de falhas na conduta da criança.

Mas nem tudo está perdido. A personalidade está em processo de maturação e se novos vínculos de afeto e confiança se estabelecerem é possível contornar e melhorar muito as questões comportamentais baseado na confiabilidade (WINNICOTT, 1993).

Winnicott, D. W. (1993b-a). A construção da confiança. In *Conversando com pais*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

E agora?

Birras, choros....



Mantenha a calma: você é o exemplo que a criança tem de como lidar com sentimentos como raiva, frustração e tristeza. Distraia seu filho(a) primeiro.

Identifique as emoções: procure reconhecer o que seu filho está sentindo. Peça que ele conte o que acontece. Estabeleça relações de confiança com seu filho.



Sempre que possível, corrija o comportamento na hora com amor e firmeza.

Mas, dê à criança a oportunidade de escolher: deixe seu filho(a) saber que você confia nele para tomar algumas decisões (a brincadeira, a roupa e até o lanche). Mas tudo dentro do padrão que a família tem como ideal. Muito diálogo e bom senso.



Ps!..!

Autoestima

Todo o filho tem valor. Cuide da autoestima dos seus filhos(as)! Eles são diferentes, mas imagine se todos fossemos iguais! Mostre o quanto são importantes. Peça ajuda em pequenas tarefas. Façam passeios juntos, riam um pouco.



Crises de choro



Forneça ferramentas: sugira (e ensine) maneiras de a criança se acalmar sozinha; por exemplo, respirar fundo ou até imitar um bicho – como um leão, quando estiver com raiva. Peça que ela lhe abraçe bem forte. Tente! Ensine a criança a respirar: Inspire fundo, encha a barriga de ar, segure, sople bolinhas de sabão. Ufa! Passou! Use as bolinhas como ferramentas para melhorar a respiração e o autocontrole do seu filho(a).

Pais seguros, empenhados e que reconhecem os seus próprios limites, são fundamentais para o bom desempenho dos filhos.

Os pais não são culpados pelo comportamento dos filhos, apenas responsáveis, quase artistas! Reinventam-se constantemente, um filho nunca é igual ao outro.

Pequenos furtos, mentiras, colchão molhado



Na grande maioria das vezes é um grito de alerta. Não foque na mentira e nos furtos, verifique falhas na comunicação. Esta criança necessita ser ouvida. Está chamando a atenção dos pais. Quando a criança tem um vínculo de confiança ela se mostra como é sem medos. Quando resfriarem os ânimos talvez não haja necessidade de molhar a cama. Olhe nos olhos do seu filho(a), seja firme e mostre as consequências da mentira e dos furtos. Mas não esqueça, intensifique a escuta e o diálogo. Perceba seu filho(a). Demonstre sua frustração, converse sobre isso, mas disponha-se a ajudá-lo (a).

Elogie os comportamentos positivos sempre. Brinque com ele(a). Se o tempo é curto, ainda assim deve ser de qualidade.

Calma, tudo passa!

A biologia e a genéticas contam sim! Mas o amor, a paciência, a dedicação e a perseverança tendem a realizar verdadeiras transformações.

Brinque com seu filho ↓



Agressividade ↓



Devemos verificar se nossos filhos são agressivos ou estão se tornando agressivos. A agressividade faz parte de um processo natural do processo de aprendizagem, no que tange ao lidar com as frustrações. É necessário nos posicionar e instrumentalizar as crianças para lidarem com suas frustrações. Um abraço firme, o diálogo verdadeiro, o

olho no olho é muito importante. Caso a agressividade e teimosia persistam pode se tratar de algo muito mais sério. Muita paciência e amor nessa hora!
Lembre-se do que seu filho tem de bom! Exercite isto!

Lembre-se: existe diferença entre castigo e consequência

O castigo nas mais diversas formas, como as surras, por exemplo, deixa a criança sem saída e reproduz uma situação semelhante ao erro que ela cometeu. Ainda, faz com que ela não compreenda, repita e intensifique os erros. A consequência dá alternativas e gera aprendizado. Mostra que os pais educam por amor e passa a perceber que tudo tem um resultado. Faz a criança perceber que se ela não for legal com os colegas, talvez no futuro ela não tenha amigos... É necessário fazer a criança sentir que você está chateado, mas não a abandonou e está disposto a ajudá-la a fazer melhores escolhas.

Olho no olho! Perceba seu filho, ele foi uma escolha sua e não deve ser um fardo!

Seu filho cresceu, mas ainda tem muito a aprender.



Ciúmes entre irmãos

É necessário saber que as pessoas são diferentes e não melhores umas que as outras. E, que o amor dos pais é o mesmo entre todos. O ciúme é insegurança que na maioria das vezes se dá com os pais, especialmente com a mãe e não necessariamente com o irmão. O fato também pode ocasionar xixi na cama.

Todo filho merece ser amado e acarinhado, com momentos de encontro e de acalanto, bem como, clareza de que as regras são para todos.

5 de Setembro



Feliz
Dia do Irmão!

A sociabilização começa em casa!

PSI.LO

Papai, mamãe, contem histórias! Elas proporcionam um maior envolvimento e despertam a criatividade dos filhos (as).



PSI.

Pais

Vocês cansam, se estressam, mas não podem esquecer de si. Pois, a tendência das crianças é sempre estarem dispostas ao embate; porém, se os pais forem cuidadosos com a condução das situações, a convergência é que os filhos reproduzam a calma dos pais. Usem as bolinhas de sabão. Respirem!

Filho não vem com bula. Todo o ser humano erra! O mais importante é não deixar de investir!

Divirtam-se, vivam. Ficarão mais leves e os fardos menos pesados. Permitam-se! Pai e mãe não são de ferro.



Papai e mamãe que tal reconstruírem sua história? Peçam ajuda, usem recortes, fotos, partes escritas, datas. Riam. Brinquem. Chorem. A história continua... Contem alguns episódios para seus filhos...

Vou dar uma ajudinha:



Ah! Não foi assim? Como foi?

Nascimento dos filhos:



Falta alguém? Quem?

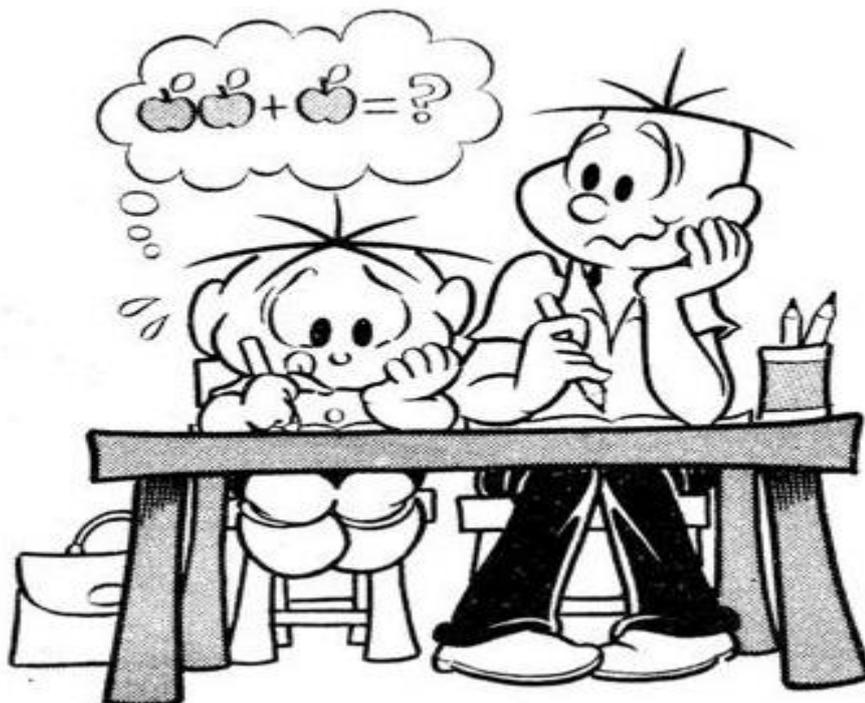
Psic.

Tarefas escolares



É importante que os pais ou responsáveis orientem, incentivem, ajudem na realização das tarefas escolares. Faça deste tempo um momento de atenção para com seu filho(a).

Não faça a tarefa por ele (ela), troque ideias, crie um espaço e um horário de estudo. Não dê respostas. Faça perguntas, para que a criança descubra alternativas também para suas dificuldades.



Importante

Pais vocês não estão sozinhos nessa missão! Ao perceber problemas de comportamento nas crianças e dificuldades na tarefa de educar, os pais devem procurar ajuda profissional especializada. Os consultórios de psicologia estão preparados para tratar esta angústia e administrar a preocupação desses educadores em relação aos seus filhos.

A verdade é muito poderosa. Ah! Não há problemas em confessar que os pais também erram. Quanto aos filhos, estão em processo de aprendizado.

Tente outra vez!

Família



Psicóloga Ionara R Lohmann CRP 07/24.780

Pós-graduada na área da Educação, Aperfeiçoamento em saúde mental e capacitação em Psicologia do Desenvolvimento Infantil e Orientação para pais, vários anos de experiência com pais, familiares e crianças com câncer.

Contato

Site: <http://psicologasm.com.br/>

Fone: (55) 999991012 WhatsApp

Santa Maria - RS

Psic. Ionara R. Lohmann