



## Reunião de pais - 2º Período

### Melhores coisas que você pode fazer pelo seu filho

Poucas coisas são mais importantes na vida do que educar crianças. No entanto, a maioria das pessoas não recebe nenhuma educação formal para realizar essa tarefa com sucesso. Em grande medida, as habilidades de educar filhos são desenvolvidas na observação de como nossos próprios pais lidaram conosco e com os nossos irmãos. Quando temos pais tranquilos e eficientes, nossas habilidades de educar tendem a funcionar. Se nossos pais foram pouco habilidosos em lidar com os filhos, tendemos a ter dificuldade em lidar com nossos próprios filhos.

Embora a educação de filhos possa ser tremendamente compensadora, é, muitas vezes, cheia de dores de cabeça, confusão e sofrimento. Se você seguir os princípios delineados aqui, notará um aumento marcante na sua eficiência com seu filho, além de um relacionamento pleno e mais positivo.

Escolha aquelas que são apropriadas para a situação:

1. A autoridade é essencial para manter ordem e estrutura na família. Seus filhos o respeitarão mais se acreditarem que você deve ser a figura de autoridade nesse relacionamento.
2. Sempre se lembre das palavras "firme" e "gentil". Um pai costumava dizer "duro como prego e gentil como um cordeiro". Tente equilibrar.
3. Estabelecer regras de convivência com a criança aumenta a responsabilidade. Os limites são conhecidos e a criança aprende a lidar com a autoridade quando adulta.
4. Faça valer o que diz. Não permita que a culpa o faça voltar atrás naquilo que sabe que é certo.
5. Use a disciplina para ensiná-los, em vez de castigar ou revidar por causa do mau comportamento.
6. É importante que faça valer conseqüências rápidas e claras para regras quebradas. Bronca e gritaria são extremamente destrutivas e ineficientes.

7. Uma forma dos filhos aprenderem valores é observando o comportamento dos pais. Ajude Ensine-lhes valores por meio de sua conduta e de sua experiência de vida.
8. Ajude-os a aprender com seus erros. Não os menospreze, senão eles o farão consigo mesmo quando não alcançarem a perfeição.
9. Demonstre que a organização torna o dia-a-dia mais fácil. Isso pode significar manter o quarto arrumado, mesmo quando essa não seja a tendência natural deles.
10. Respeite seus filhos. Trate-os como os trataria na frente dos outros, pois isso também os ensina a serem autênticos com as pessoas.
11. Seja um bom ouvinte. Descubra o que os seus filhos pensam antes de lhes dizer o que você pensa.
12. Passe algum tempo especial com seus filhos todos os dias, fazendo o que gostam, pois isso irá fortalecer o elo entre vocês e levantará a auto-estima deles.
13. Respeito à natureza e aos animais são valores que devem ser reforçados.
14. Agradecer o que recebem é outro aprendizado importante.
15. Incentive seus filhos a trabalhar por aquilo que querem ao contrário de lhes dar tudo o que pedem. O trabalho é bom para eles.
16. Ajude-os a superar incapacidades e fraquezas.
17. Peça desculpas quando você cometer erros.
18. As crianças assumem os rótulos que lhes damos. Seja cuidadoso com os apelidos e as frases que usa para descrever seus filhos.
19. Ajude-os a ter ilhas de competência em áreas de seu interesse (esporte, música, etc.). A auto-estima se baseia na capacidade de a pessoa se sentir competente.
20. Não permitam que culpem os outros pelo que acontece em sua vida.

Enfim, ser bons pais é resultado de aprendizado. Leia, informe-se, aprenda tudo o que puder.

"O manual de instruções que deveria vir com seu filho", de Daniel Amen.

Colaboração. Prof.: Mônica Figueiro Carneiro.