

SOP – SERVIÇO DE ORIENTAÇÃO PSICOPEDAGÓGICA TEXTO DE ORIENTAÇÃO AOS PAIS

Formando valores e estabelecendo limites

Cada vez mais, educar, formar valores e estabelecer limites para os filhos se torna uma tarefa desafiadora e que exige dos pais muito equilíbrio e controle emocional.

No entanto, existem algumas ações que podemos tomar e que tornam a nossa relação com os filhos mais tranquila, trazendo resultados positivos a curto prazo.

Abaixo listamos e explicamos melhor algumas dessas ações:

- **Seja breve, objetivo e assertivo em suas explicações**

Quando pedimos para uma criança fazer algo ou para parar de fazê-lo, nosso hábito é de seguir com uma grande explicação sobre a importância de tal ação. Se nossos filhos não respondem positivamente à primeira explicação, pensamos que esta talvez não tenha sido suficiente ou que eles não a tenham entendido.

A verdade é que essa explicação deve ser clara e objetiva, com um grau de compreensão correspondente ao nível (faixa etária) da criança. A mensagem deve ser passada e pronto! Depois disso, temos que dar um tempo para que a criança possa colocar em prática o que foi pedido, sem nos repetirmos mais nas argumentações. Portanto, seja assertivo, objetivo e direto.

- **Cuidado com as trocas, premiações ou ameaças**

Se você se pega usando, com frequência, frases do tipo: “arrume seu quarto e ganhará um chocolate” ou “faça toda a lição e te darei um brinquedo” ou “se você não vier agora almoçar, não poderá mais assistir TV”, reflita! Na verdade, quando os adultos gastam todos os seus argumentos adulando ou coagindo as crianças, tentando convencê-las a fazerem o que de fato deve ser feito, a mensagem que fica para os pequenos é: vou fazer isso porque ganharei algo em troca ou para não ficar sem aquilo que gosto muito e não porque é o correto e é o que deve ser feito!

As crianças, desde pequenas, devem aprender a agir dentro de um senso de responsabilidade, tendo em mente os valores e as regras que nós, adultos de referência, transmitimos.

Além disso, se os pequenos se acostumam a fazer algo que pedimos apenas quando oferecemos algo em troca, ficamos na obrigação de termos que pensar, cada vez mais, em maiores e melhores mimos. Essa ação dá às nossas crianças a permissão de perguntar “o que você me dará se eu fizer isso?” e, com certeza, esse não é um bom hábito para se estimular.

- **Fale com firmeza**

Uma outra dica que costuma dar resultados positivos quando precisamos dizer a criança que faça algo ou que pare de fazer é: vá até ela, fique próximo. A presença física e próxima dá forças e peso às nossas palavras e faz com que o pequeno perceba que o direcionamento dado deve ser cumprido realmente.

É importante lembrar que devemos falar num tom de voz baixo, olhando nos olhos da criança, expressando firmeza e, ao mesmo tempo, afetividade. Esse

comportamento expressa o controle que temos com relação a situação e a nossa segurança no que estamos dizendo.

Ainda, é possível que nós nos percebamos falando a mesma coisa várias vezes, em um mesmo dia ou em dias diferentes. O fato é que os valores são formados dessa forma: com a repetição e consistência das mensagens que passamos.

- **O bom exemplo vale mais que mil palavras**

Lembre-se que você deve agir sempre de acordo com o que relaciona como correto. Falar uma coisa e fazer outra gera contradições na cabeça da criança e, com isso, ela não consegue identificar o que realmente é certo.

Por fim, devemos ter em mente que educar e estabelecer limites é uma tarefa que requer de nós segurança, paciência e coerência em relação ao que acreditamos e queremos transmitir. Precisamos considerar também que uma regra estabelecida deve valer independente da situação, e que não podemos mudá-la de acordo com o nosso próprio bem estar ou com a situação vivida no momento.