

CENTRO EDUCACIONAL SANTA TEREZINHA.

EDUCAÇÃO INFANTIL – SERVIÇO DE ORIENTAÇÃO PEDAGÓGICA

HORA DA PROSINHA – CONVERSANDO COM AS FAMÍLIAS.

São Gonçalo, 26 de junho de 2020



## **5 motivos para nunca gritar com seu filho**

Os métodos usados para a educar uma criança variam de família para família. Quando os pais são muito permissivos, as crianças podem crescer mimadas. Mas uma atitude muito rigorosa também pode levar a consequências desagradáveis.

Temos certeza de que a melhor atitude a tomar é manter o equilíbrio.

Descubra neste texto por que é tão perigoso levantar a voz para os seus filhos.

## Os gritos dos adultos assustam as crianças



Todo pai quer ser amigo de seu filho, para saber em primeira mão tudo o que acontece em sua vida. Mas como você pode ser amigo de alguém de quem sente medo? No melhor dos casos, o medo passa com o tempo; no pior dos casos, a criança desenvolve medo dos adultos, mesmo quando deixa de ser criança.

### O que fazer para mudar isso?

- Lembre-se de que o ponto de vista da criança também é válido.
- Sempre lhe dê a oportunidade de se expressar.
- Seja o seu conselheiro, não o seu agressor.

## Os gritos quebram a confiança no relacionamento

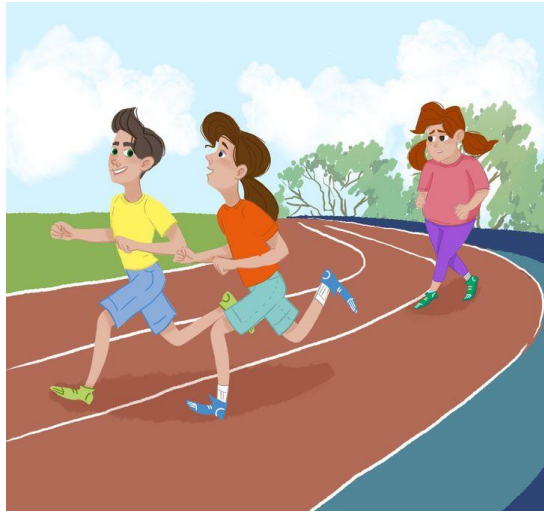


Os cientistas mostraram que gritar afeta as crianças da mesma maneira que uma punição física. Ou seja, se a criança sofre de abuso verbal, começa a se isolar e acaba sendo quase impossível estabelecer uma relação de confiança com ela.

### O que fazer para mudar isso?

- Trate seu filho bem e explique a ele o motivo pelo qual não deve fazer isso ou aquilo.
- Converse sobre as suas pequenas travessuras com humor.
- Mostre curiosidade sobre os seus hobbies e interesses.

## **As crianças terão sobrepeso**



Outros cientistas chegaram a esta conclusão. Comer em excesso para passar o estresse é um dos problemas mais comuns da sociedade moderna e as crianças também sofrem com isso. Especialistas dizem que as crianças que sofreram muita repreensão com gritos cresceram com anomalias hormonais e processos inflamatórios no corpo.

## **O que fazer para mudar isso?**

- Controle as suas emoções e ações.
- Não projete os seus problemas na relação com o seu filho.
- Elogie mais seu filho e sempre diga que o ama.

## **A criança desenvolve uma personalidade ruim**



Se você levanta a voz muitas vezes com o seu filho, com o tempo ele vai começar a pagar com a mesma moeda: vai se tornar rude ou começará a fazer escândalos. A raiva dessas crianças cresce por causa das proibições rigorosas ou de tratamento muito duro. Muitas vezes, com o passar da idade tudo piora e uma criança com raiva se torna um adulto raivoso. Além disso, na adolescência essas crianças são propensas à depressão.

### **O que fazer para mudar isso?**

- Lembre-se de que você é o exemplo em tudo para o seu filho.
- Mostre sua autoridade, mas seja justo.
- Preste mais atenção nele.

## No futuro, a criança vai sofrer de enxaquecas



Adultos que foram muito humilhados na infância, muitas vezes sofrem de enxaqueca crônica. Os complexos e os medos infantis também podem provocar ansiedade e pensamentos suicidas. Para superar o estresse, a pessoa vai precisar de anos e da ajuda de um psicólogo profissional

### O que fazer para mudar isso?

- Expresse seus argumentos de não conformidade com calma.
- Aprenda a reconhecer seus erros, se você levantou a voz sem motivo.
- Aprenda a ouvir seu filho.

*A principal razão pela qual você nunca deve levantar sua voz para seu filho é para que cresça saudável e feliz. E isso só pode ser conseguido com paciência e amor.*



Michele Coelho  
Orientadora Pedagógica

## **Agora entenda o que uma criança sente quando gritam com ela**

Às vezes gritamos tentando nos livrar das emoções negativas. E nos arrependemos muito, quando fazemos isso com os nossos filhos. O problema é que depois acabamos repetindo tudo de novo.

Segue um excelente exercício que servirá a todos os adultos, sem exceção. E isso vai mudar a sua atitude em relação aos gritos para sempre.

Este exercício vai ajudá-lo a se colocar no lugar do seu filho e entender o que ele sente quando você grita.

Todo pai, ainda que seja uma vez na vida, já sentiu uma raiva incontrolável por causa de algumas das travessuras do filho. Alguns sabem se controlar a tempo, outros pensam que isso não tem nada de errado e todo mundo é criado assim. Mas você já se colocou no lugar de seu pequeno? Quer saber exatamente o que acontece em seu interior, quando grita com ele sem pensar?

1. Sente-se de cócoras ou se ajoelhe.
2. Peça a alguém para gritar com você, independentemente do motivo.
3. Encolha-se e repita: "Eu sou pequeno e só quero ser amado."

Só depois de ter repetido várias vezes, sentirá que as lágrimas começam a cair por si só e sentirá o quanto o pequeno se sentiu ferido.

### **Existem algumas outras maneiras de conseguir perceber na própria pele o que seu filho sente:**

- Pegue uma grande folha de papel branco, escreva nela o nome e a idade da criança. Coloque a folha em um canto e pise nela, imaginando que é um garoto que está olhando para você, adulto, gritando com ele.
- Peça a outros para ajudá-lo. Tente "traduzir" as palavras comuns dos adultos nessas situações. "Não corra!!" e amarre os cadarços. "Não mexa nisso!" e amarre as suas mãos. "Não grite!" e tape a sua boca. Sinta fisicamente como as palavras que muitas vezes dirigimos a nossos filhos são pesadas.
- Sente-se de costas com seu parceiro e fale com ele como se fossem pai e filho. Assim, poderá sentir que, para falar com o seu filho, é importante estar com ele, não "ao lado" ou "acima" dele. É improvável que consiga estabelecer uma conversa que transmita confiança, se não interage com o seu filho.

