COMPREENDENDO E LIDANDO COM O MAU COMPORTAMENTO

MARA SANTOS

ERCC
ESPIRITUALISMO RACIONAL CIENTÍFICO CRISTÃO

"Segue sendo meu sonho criar a paz no mundo através da paz nos lares e salas de aula. Quando tratemos as crianças com dignidade e respeito, e lhes ensinemos valiosas habilidades de vida para formar um bom caráter, elas derramarão paz no mundo."

Sumário

Capítulo 1-Alinhe suas expectativas em relação ao mau comportamento da criança;
Quais têm sido as suas expectativas em relação ao mau comportamento da sua criança? É importante avaliar se algumas dessas expectativas têm levado em consideração a fase de desenvolvimento da criança.

Capítulo 2- Entenda o que está por trás do mau comportamento da criança;
Descubra o que está por trás do mau comportamento, quais as crenças, pensamentos e necessidades estão sendo gerados e talvez não atendidos.

Capítulo 3- Reaja de forma assertiva ao mau comportamento da criança;
Reagir de forma assertiva inclui atender a necessidade que está por trás do mau comportamento e usar ferramentas, estratégias eficazes que ensinem a criança sobre o que é aceitável e como ela pode lidar com as emoções dela.

Sobre a Autora

Mara Santos

Dra. Mara Santos - Psicanalista e supervisora clínica.
Professora do Instituto Alliance
Mestre em Teoria Psicanalítica
Dra. Neurobiologia e Neurociência
Professora Pesquisadora na universidade Rutgers (2010/2011), NJ - EUA.
Acupunturista e Homeopata
Embaixadora contra a violência Infantil
Especialista InfantoJuvenil
Graduada em Ciencia da Felicidade psicologia de conflitos

CONECTE-SE COMIGO NAS REDES SOCIAIS

@marasantoscrizel

@marameujeito

53-999095141

Introdução

O mau comportamento das crianças é uma queixa comum dos pais, que muitas vezes, não sabem o que fazer quando a criança começa a apresentar uma série de comportamentos desafiadores como: gritar, bater, morder, responder aos pais ou a outros adultos, ser agressivo com os coleguinhas, tomar o brinquedo das mãos de outra criança, entre tantos outros.

Todos esses maus comportamentos escondem uma necessidade não atendida ou uma inabilidade. As crianças são seres em desenvolvimento, e precisam diariamente aprender novas habilidades para serem bem sucedidas neste mundo, na relação com os outros e com elas mesmas.

Por isso é tão importante que os pais e cuidadores principais entendam o que se deve esperar de acordo com cada fase de desenvolvimento e aprendam maneiras mais eficazes e assertivas para ensinar novas habilidades para as crianças.

Pelo fato de a criança possuir um cérebro imaturo e em desenvolvimento, ela é constantemente movida pela vontade e pela impulsividade, esse cérebro impulsivo é predominante na infância, pois o cérebro racional, ainda está em desenvolvimento e sendo moldado. Segundo especialistas, o cérebro só está completamente desenvolvido por volta dos 21 anos de idade, isso nos mostra, que temos um longo caminho pela frente, e que quanto mais estudarmos e aperfeiçoarmos nossas habilidades como pais e educadores, mais chances temos de ter um ambiente familiar mais harmonioso e saudável e filhos felizes e bem sucedidos em todas as áreas da vida.

O grande segredo da paciência é exercitar diariamente o autoconhecimento. Aprender a reconhecer quando você está prestes a explodir pode mudar o desfecho da situação, se você não sabe por onde começar, comece percebendo que tipo de sentimentos invadem você antes de você gritar, bater ou castigar seu filho, comece a perceber quais comportamentos do seu filho mais te despertam raiva e frustração, dessa maneira você será capaz de exercitar a paciência, pois o primeiro passo é perceber a si mesma, e buscar formas de lidar com seus próprios sentimentos e emoções desafiadoras.

Entenda que a paciência é uma habilidade como outra qualquer que você desenvolveu ao longo da sua vida, e como toda habilidade, ela pode ser aprendida e aperfeiçoada diariamente. A paciência é como um músculo, que se estimulado, pode ficar cada vez mais forte.

CAPÍTULO 01

Alinhe suas expectativas

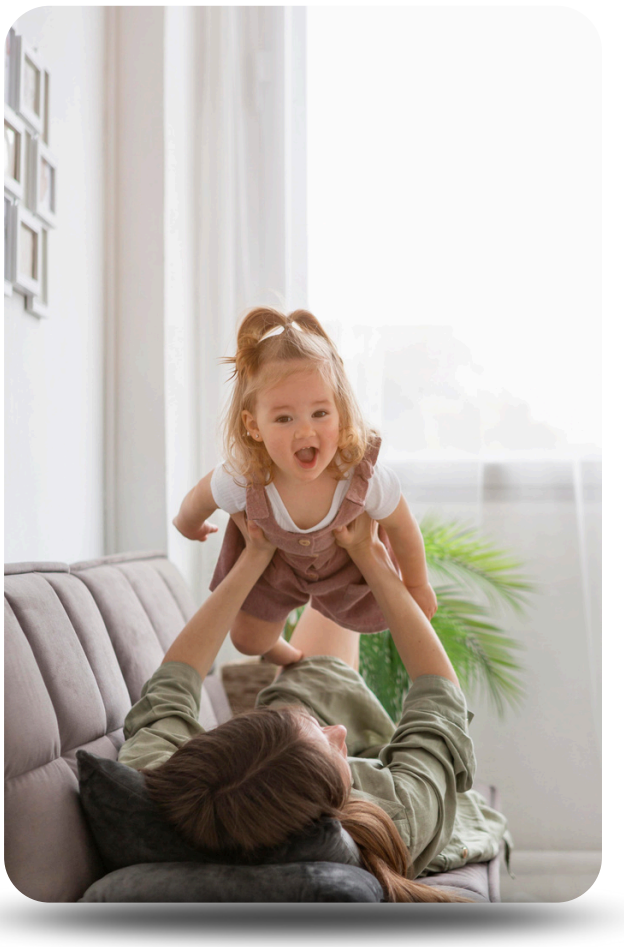
Quando falamos sobre o mau comportamento das crianças, nós precisamos levar em consideração as expectativas que temos criado em relação ao bom comportamento, pois muitas das expectativas que os pais têm sobre o comportamento dos filhos, são incompatíveis com a necessidade das crianças e a fase de desenvolvimento que elas estão.

Neste ebook, quero te convidar a olhar para o mau comportamento com outra perspectiva e principalmente com curiosidade. Geralmente os pais possuem um olhar crítico e julgador ao mau comportamento das crianças, tomando como verdade que o mau comportamento é proposital e às vezes até intencional para irritar e tirar os pais do sério, você já pensou dessa forma?

A verdade é que o mau comportamento que as crianças apresentam nada mais é do que falta de conhecimento ou falta de habilidades para lidar com os desafios que a vida apresenta, porém, isso não acontece somente com as crianças, os adultos também se comportam de forma inadequada por falta de conhecimento e falta de habilidades.

Um bom exemplo disso, é no próprio cotidiano com as crianças, quantas vezes os pais acabam recorrendo a gritos, castigos e palmadas por simplesmente são saberem quais outros recursos utilizarem.

É justamente por isso, que a disputa por poder entre crianças e adultos é tão comum, disputa por poder é aquele momento em que você determina que seu filho vai fazer a qualquer custo o que você mandou, e a criança, dominada por sua imaturidade e impulsividade, te desafia e bate o pé, para fazer o que ela deseja.



Dentro dessa situação, nós temos dois cérebros primitivos dominando a situação e alimentando uma disputa por poder, onde infelizmente, os dois lados saem perdendo, mesmo que você "ganhe" ao final dessa disputa, você perdeu a conexão com sua criança, a oportunidade de ensinar novas habilidades, a oportunidade de ensinar sobre regulação emocional, e principalmente, a harmonia e a paz no ambiente familiar.

Quando você alinha as suas expectativas em relação ao que é esperado do comportamento e da fase de desenvolvimento da sua criança, você tem a oportunidade de aceitar a sua responsabilidade de ensinar novas habilidades para a sua criança e também de buscar por ferramentas e estratégias mais harmoniosas e respeitosas para lidar com sua criança.

Muitas vezes o que os pais e educadores denominam como mau comportamento, é apenas crianças agindo como crianças, o problema é que a maioria dos adultos não aprenderam o suficiente sobre comportamento humano e desenvolvimento infantil e acabam definindo comportamentos esperados à fase de desenvolvimento da criança como maus comportamentos.

Alinhar as expectativas sobre o mau comportamento da sua criança não é o mesmo que aceita-los, e sim ter consciência de que eles vão acontecer, e alguns deles são comuns para a fase de desenvolvimento que sua criança está, porém, diante desses maus comportamentos você tem as seguintes opções:

Agir de forma primitiva e impulsiva: Não levando em consideração a idade e necessidade da sua criança, e fazendo simplesmente o que você sente vontade.

Ignorar: fingir que não está vendo o mau comportamento e achar que ele vai passar sozinho, sem a sua interferência, nesse posicionamento, você coloca a criança como total responsável pelas atitudes dela, e tira a sua responsabilidade de adulto da relação.

Agir de forma consciente e assertiva: Essa é a atitude esperada por pais conscientes e assertivos, mesmo que ainda falte habilidades para lidar com o mau comportamento, esses pais buscam ler sobre desenvolvimento infantil e sobre maneiras de serem mais respeitosos e assertivos na educação dos filhos.

Para te apoiar na missão de compreender o que é esperado de cada fase de desenvolvimento da sua criança, eu vou te apresentar alguns comportamentos esperados para cada idade:

1 A 2 ANOS DE IDADE

- São impulsivos e não intencionais no que fazem: Eles vêem e simplesmente fazem, sem pensar sobre o que aquilo significa nem por que o fazem. Por exemplo, quando mordem, não é pra machucar. Quando agarram o brinquedo de outra criança, não é pra deixá-la chateada.
- São curiosos e exploradores, eles puxarão coisas e jogarão no chão, simplesmente para ver o que acontece.
- Tem muita dificuldade em compartilhar brinquedos, objetos, ou qualquer outra coisa.
- Não possuem linguagem e habilidades desenvolvidas para conseguirem o que querem, por isso, usam o que conseguem: birrar, gritar, bater o pé e se jogarem no chão.
- Essas birras também acontecem quando eles sentem emoções muito fortes, das quais ainda não possuem palavras para expressar, como: **frustração, raiva, tristeza e vergonha.**

3 ANOS DE IDADE

- Querem explorar sua independência e autonomia, e isso pode terminar em birra.
- Ficarão facilmente frustrados quando recebem um “não” ou um limite, e podem querer expressar isso com birra.
- Eles irão oscilar entre o desejo de serem independentes e de serem bebês novamente, ao mesmo tempo que querem fazer e explorar as coisas sozinhos, eles querem muito colo e que você faça as coisas por ele.
- Ainda não compreendem o significado de dividir, e terão muita dificuldade para compartilhar as coisas.
- Geralmente, demonstram ciúme quando os pais dão atenção a outras crianças.

4 A 5 ANOS DE IDADE

- Apesar de começar a entenderem o poder de suas palavras e de usarem para controlar as situações e pessoas ao seu redor, às vezes, essa capacidade de usar a linguagem verbal pode falhar, e nisso, eles vão querer demonstrar suas vontades com ações impulsivas, como: bater, empurrar, agarrar, puxar etc..
- Começam a se tornar competitivos.
- Tendem a confundir a realidade com a fantasia, e podem começar a mentir e inventar histórias mirabolantes.
- Querem cada vez mais experimentar sua independência e autonomia, e nisso podem se tornar mais teimosos, desafiadores e mandões.
- Vão testar todos os limites que você colocar, mas ainda assim, se interessarão em te ajudar sempre que puderem.
- Apesar de já entenderem a importância das regras, podem querer se desviar delas quando for conveniente.
- Podem acusar os outros injustamente ou trapacear para ganhar um jogo.
- Vão buscar tomar cada vez mais decisões sobre o que vestir e comer.

6 A 7 ANOS DE IDADE

- Tendem a se achar expert em tudo, e tem sempre uma resposta ou questionamento para suas perguntas e limites.
- Podem recomeçar a birrar para conseguirem o que quer.
- Tendem a sempre testarem os limites que você coloca.
- Tendem a reclamar mais sobre seus pais, regras, limites, em casa e na escola.
- Costumam se sentir incompreendidos pelos pais e por outras pessoas.
- Costumam ser bem dramáticos sobre a escola, amigos e tudo que envolve sua vida.
- Mesmo sabendo se comunicar melhor, ainda assim, tentarão conseguir as coisas com atitudes reativas e impulsivas quando estiverem com raiva ou frustrados.

8 A 9 ANOS DE IDADE

- Se tornarão intolerantes a uma opinião diferente e podem tentar te convencer a pensar igual a eles.
- Nessa fase, pode aumentar os conflitos com a mãe.
- As situações tendem a ganhar o sentido de “certo ou errado”, “bom ou ruim”, sem meio termo.
- Pode aumentar o conflito com outras crianças e até mesmo com amizades mais longas.
- Os amigos passam a ser mais importantes que os pais, e isso deve continuar na adolescência.
- Continuarão testando os limites que você colocar e as regras impostas, e nisso a criança pode ser desrespeitosa com você.
- Desenvolverão cada vez mais a habilidade de questionar e ainda possuem dificuldade em dividir as coisas.

Esses são alguns dos comportamentos esperados para cada fase de desenvolvimento da criança, que podem se manifestar de formas diferentes no cotidiano da família e serem facilmente interpretados como maus comportamentos, mas ainda assim, fazem parte de um desenvolvimento saudável da criança.

Muitos deles, podem sim ser maus comportamentos da parte das crianças, porém, os pais devem olhar para esses maus

comportamentos como uma oportunidade de ensinar as crianças novas habilidades para lidar com situações desafiadoras e lidar com os próprios sentimentos e emoções.

Ao longo deste ebook, você verá, que existem outros tipos de maus comportamentos, que podem ser motivados por necessidades não atendidas das crianças, e você verá também, atitudes assertivas e respeitosas, as quais pode recorrer para atender essas necessidades, diminuir o mau comportamento da criança e ter uma convivência mais leve e harmoniosa mesmo com conflitos diários.

O QUE ESTÁ POR TRÁS DO MAU COMPORTAMENTO DA CRIANÇA:

A disciplina positiva nos traz uma analogia interessante para entender o que pode estar por trás do mau comportamento da criança, que é a analogia do iceberg.

Para você ser uma ponte segura para seu filho desenvolver todas as habilidades que você espera que ele tenha, você precisa aprender a lidar de forma consciente e eficaz com esses desafios que você enfrenta hoje. E para isso você precisa entender o que está por trás desses desafios e quais necessidades da sua criança não estão sendo atendidas.

Para você entender melhor, vou te explicar sobre as necessidades básicas da criança, além da necessidade de alimentação, higiene, lazer e cuidados que toda criança precisa, as crianças, assim como nós adultos, possuem as necessidades básicas de se sentirem aceitas, importantes e pertencentes, e quando alguma dessas necessidades não estão sendo vistas e atendidas, as crianças podem apresentar uma série de maus comportamentos irritantes e desafiadores.

A educação tradicional, a forma que eu e você fomos educados e aprendemos a educar, está totalmente focada no comportamento e em cessar o mau comportamento, sem avaliar ou levar em consideração essas necessidades.

Só que todo comportamento é uma comunicação, todo comportamento possui uma motivação, ele não acontece por acaso, existe algo por trás desse comportamento, que funciona dessa maneira:

A ponta do iceberg: representa o mau comportamento, isso é a ponta que está visível, são os maus comportamentos que você se depara diariamente, como: birrar, morder, bater, responder mal aos pais ou outras pessoas, tomar o brinquedo da mão do amiguinho, agressividade, entre outros.

O meio do iceberg representa: as crenças, os pensamentos que as crianças têm diante das situações, aqui mora a tradução que elas mesmas fazem das situações que vivem.

Inclusive, aproveito para ressaltar, que “crenças” não são verdades absolutas, e sim traduções que cada um de nós fazemos diante das situações, e é justamente isso que as crianças fazem, por exemplo: o fato dos pais estarem muito ocupados, trabalhando, podem fazer a criança se desenvolver a crença de que não é importante.

Isso provavelmente não é verdade, mas é a tradução que a criança faz da situação que ela está vivendo, e dessa forma aquela se torna sua verdade absoluta, é justamente diante dessa situação, que os pais precisam interferir com conexão e ferramentas assertivas e adequadas, para agir não pensando somente em cessar o mau comportamento, mas em alimentar a necessidade da criança com atenção e tempo de qualidade, e ajudá-la a compreender o que está acontecendo e a lidar melhor com suas emoções e sentimentos.

O fim do iceberg representa as necessidades: De se sentir, aceita, pertencente e importante.

Às vezes as crianças tentam demonstrar essas necessidades de forma errada, com comportamentos inadequados e irritantes e isso faz com que os adultos reajam com frustração e irritação, alimentando mais ainda as crenças que a criança vem desenvolvendo e motivando o mau comportamento.

Quando você compreender a motivação por trás do mau comportamento da criança, você será capaz de responder a crença que o está motivando, e de ensinar maneiras aceitáveis de expressar o que a criança está sentindo.

Se você continuar respondendo a esse mau comportamento de forma hostil e impulsiva, ele só se intensifica, e a crença se fortalece, e nisso, esse ciclo vai se fortalecendo cada vez mais.
Para quebrar esse ciclo você precisa aprender a identificar essa necessidade, por isso, eu vou te apresentar um pouco do "quadro dos objetivos equivocados" que pode ser encontrado nos livros da série da Disciplina Positiva:

Lembrando que o comportamento é sempre a tentativa de alcançar alguma coisa. Quando a criança age de forma irritante, de forma que tira a nossa paciência, e aquele comportamento da criança, desperta emoções e sentimentos desafiadores em nós, essas emoções e sentimentos que nós sentimos são uma pista para descobrirmos qual a necessidade daquela criança, o que ela está buscando através daquele comportamento desafiador.

Nós temos **4 objetivos equivocados apresentados nos livros da Disciplina Positiva:** Atenção Indevida, poder mal direcionado, vingança e inadequação assumida.

Para conseguir identificar qual o objetivo equivocado da sua criança, você precisa:

1. Lembrar-se de alguma situação desafiadora que vivenciou com seu filho recentemente;

2. Tentar identificar o que você sentiu naquele momento;

3. Depois identifique qual a reação da criança diante do seu comportamento;

4. E veja qual pode ser a crença por trás do mau comportamento dela, e o que ela está tentando realmente te comunicar com esse comportamento.

ATENÇÃO INDEVIDA

Se você se sentiu: Aborrecida, irritada, preocupada e culpada.

Você tende a reagir: Lembrando, adulando, fazendo as coisas por ela q**ue ela já poderia fazer por ela mesma.**

A criança reage: Cessando aquele comportamento por um tempo, e depois voltando com o mesmo comportamento ou com um mais irritante ainda.

A crença por trás desse comportamento é: Que ela quer ser percebida, ela quer te manter ocupada com ela para se sentir amada, ela precisa ter alguma vantagem especial para se sentir amada.

O que ela quer te dizer é: Que ela quer fazer parte, ser envolvida em alguma coisa útil, quer ser vista, ser validada

Esse é o objetivo equivocado da: Atenção Indevida.

Para reagir de forma assertiva a necessidade da criança, você pode:

- Redirecioná-la para atividades úteis para a família, por exemplo, fazer algo junto com você; cozinhar, guardar uma louça, lavar banheiro. Atitudes que ela se sinta útil e importante para a família.
- Tirar um tempo especial pra vocês; onde vocês possam brincar, olhar nos olhos, e encher o potinho de atenção da sua criança.
- Encorajar a criança em vez de fazer as coisas por ela; se ela já sabe arrumar uma cama, guardar a própria roupa, amarrar o tênis, diga que confia que ela é capaz, e resista a tentação de fazer.

A atenção indevida é quando você faz pela criança aquilo que ela já consegue fazer, depois ela busca nos pais, esse senso de importância, e de capacidade, porém a criança precisa encontrar isso, praticando, fazendo, descobrindo e tentando por ela mesma.

Nenhuma atenção da parte dos pais é suficiente para preencher a busca por aceitação, importância e pertencimento, a criança precisa encontrar isso enquanto tenta, erra e acerta.

Por isso é importante encontrar o equilíbrio entre dar a atenção necessária para a criança e ter momentos de qualidade e conexão com ela, e também encorajá-la a contribuir e ser útil no ambiente familiar.

PODER MAL DIRECIONADO

Se você se sentiu: Desafiada, ameaçada, frustrada e brava.

Você tende a reagir: Brigando, às vezes cedendo ao comportamento da criança, pensando em se vingar, querendo forçar a criança a fazer as coisas, querendo ter razão em tudo.

A criança reage: Intensificando o mau comportamento, ficando cada vez mais desafiadora, obedecendo algumas vezes, mas com muita resistência, achando que venceu quando deixa os pais bravos e irritados.

A crença por trás desse comportamento é: Só sente que faz parte, só sente que é importante quando ela está no poder, no controle da situação, ou provando que ninguém pode mandar nela.

O que ela quer te dizer é: Que ela quer ter ESCOLHAS, ela quer ajudar nas decisões, quer fazer parte das decisões e ser útil.

Esse é o objetivo equivocado do Poder mal direcionado.

P**ara reagir de forma assertiva a necessidade da criança, você pode:**

- Evitar entrar em disputa de poder e reconhecer que vocês dois estão muito nervosos para conversarem ou encontrarem uma solução naquele momento.

- Convidar a criança à cooperação, em vez de forçar ela a fazer o que você quer a pulso. Os quatro passos para conseguir a cooperação são:

1. Ouvir a criança e validar os sentimentos dela. “-O que está acontecendo? Eu estou vendo que você está bem chateado porque não quer ir banhar agora.”

2. Mostrar empatia pela criança e compartilhar seus sentimentos, empatizar não é concordar. “-Eu entendo que você não quer tomar banho, e eu também já me senti assim, realmente é ruim fazer as coisas que não queremos.”

3. E oferecer escolhas para criança ou convidá-la a pensar em outras soluções para aquele problema. “-Só que banhar filho, não é opcional, é uma necessidade, todo mundo banha todos os dias. Você quer assistir mais 3 ou 5 minutos antes de ir para o banho?” ou “-Você quer levar a barbie ou a polly?”

- Reparar seus erros com a criança: Quando você errar, for ignorante, gritar, aprenda a reparar seus erros. Pois, situações mal resolvidas, viram um muro na sua relação com seu filho, esses erros não reparados vão gerando distanciamento emocional, falta de confiança, falta de diálogos, e desconexão entre vocês.

Você pode utilizar os seguintes passos para a reparação dos erros:

1 O primeiro é você RECONHECER QUE COMETEU UM ERRO COM AUTORESPONSABILIDADE; não culpe seu filho porque você gritou ou bateu nele, a atitude foi sua, a responsabilidade foi sua, assuma isso dizendo: “-Filho eu errei com você quando gritei naquela hora...”

2 O segundo passo é RECONCILIAR; peça desculpas, isso não é humilhante, isso é digno de quem é honesto emocionalmente e de quem se preocupa com o vínculo que está criando com o outro, de quem assume que é humano, e que errar faz parte de aprender. Então você pode dizer: “-Você me desculpa por isso filho?”

3 E o terceiro passo é FOCAR EM SOLUÇÕES; Se você gritou e não quer voltar a gritar, pense em como você poderia se acalmar antes de falar com seu filho, se você gritou porque seu filho deixou os brinquedos espalhados, peça a ajuda dele para encontrar uma solução para os brinquedos serem guardados quando ele terminar de brincar, lembre-se de focar em encontrar soluções e não culpados.

Criar um quadro de rotina: A rotina é essencial para as crianças, ela traz previsibilidade e organização, as crianças aprendem habilidades de vida como responsabilidade, organização e cooperatividade conforme praticam, e uma rotina clara e bem estabelecida ajuda as crianças a desenvolverem essas e tantas outras habilidades além de ajudar as crianças a desenvolverem hábitos saudáveis.

O primeiro passo é você definir junto com seu filho, quais tarefas são feitas em cada período do dia: manhã, tarde e noite, onde vocês vão preencher quais tarefas são feitas em cada etapa do dia.

A ideia não é criar uma rotina perfeita, por isso, não encha os quadros com tantas atividades, e sim, com as mais frequentes no dia a dia, baseada em uma rotina que seu filho já tem.

- Você e seu filho podem preencher esses quadros com figuras, desenhos ou se ele já souber ler, podem escrever também, por exemplo: pela manhã, assim que seu filho acorda, o que ele faz? Troca de roupa, arruma a cama, banha, escova os dentes... Procure figuras que representem essas atividades ou peça para o seu filho desenhar ou escrever.

- Depois do quadro de rotina criado, deixe ele em um local visível para o seu filho, da altura dos olhos dele de preferência.

- No dia a dia faça uso desse quadro de rotina, faça com que seu filho precise consultar esse quadro para que ele se acostume, por exemplo: quando você notar que ele acordou e esqueceu de arrumar o quarto ou escovar os dentes, você vai dizer “-Filho, qual a próxima tarefa do seu quadro de rotinas?” ou “-Filho, você pode por favor verificar seu quadro de rotina para ver se esqueceu de alguma tarefa agora de manhã?”

Na abordagem da disciplina positiva o quadro de rotinas é criado com a colaboração da criança, ela faz parte de todo o processo, e consequentemente ela se sente mais motivada a cooperar com a rotina.

Agora vamos nos aprofundar um pouco no objetivo equivocado da vingança.

VINGANÇA

Se você se sentiu: magoada, desapontada, desiludida e triste.

Você tende a reagir: Retrucando, querendo ajustar as contas com a criança, magoando a criança de volta, humilhando e levando o comportamento da criança para o lado pessoal.

A criança reage: retrucando, te ofendendo, te magoando, agravando o comportamento dela ou escolhendo outra forma de te atingir.

A crença por trás desse comportamento é: Ela quer magoar as pessoas da mesma maneira que se sente magoada, ela não acredita que as pessoas a amam.

O que ela quer te dizer é: Eu estou sofrendo e quero ser validada, preciso de alguém que me ajude a tratar minhas feridas.

Esse é o objetivo equivocado da vingança.

Para reagir de forma assertiva a necessidade da criança, você pode:

- Evitar retaliação para sair desse ciclo de vingança

Buscar se acalmar e não levar o comportamento da criança para o lado pessoal, o seu foco deve ser ajudar a criança a lidar com os sentimentos dela.

- Ouvir essa criança de forma ativa, e ajudar ela a colocar pra fora situações que têm magoado ela.
- Nomeando, verbalizando e validando os sentimentos dela, dizendo: "-Você parece muito magoado." "-Você quer me falar mais sobre isso?", "-O que aconteceu?", "-Como você se sentiu?", "-Você pode me contar mais sobre isso?"
- Demonstre que se importa com a criança e verbalize seu amor por ela. Não economize palavras ao expressar seu amor pelo seu filho

-Eu te amo
-Você é importante pra mim
-Eu amo ser sua mãe
-Eu amo cuidar de você

A criança encobre o sentimento de dor, e por meio da vingança, ela tem a sensação de estar no controle da situação.

Agora vamos explorar o objetivo equivocado da Inadequação Assumida:

INADEQUAÇÃO ASSUMIDA

Se você se sentiu: Desesperada, desesperançosa, impotente e desamparada.

Você tende a reagir: Desistindo de ensinar quando ela apresenta dificuldade, ajudando seu filho além do necessário e fazendo pela sua criança coisas que ela já consegue fazer.

A criança reage: Recua mais ainda e desistindo cada vez mais de tentar fazer as coisas por ela mesma ou explorar coisas novas.

A crença por trás desse comportamento é: Que ela não consegue ser aceita, não se sente boa o suficiente, por isso quer que as pessoas não esperem nada dela, se sente incapaz e impotente.

O que ela quer te dizer é: Não desista de mim, me mostre um pequeno passo.

Esse é o objetivo equivocado da Inadequação Assumida.

Para reagir de forma assertiva a necessidade da criança, você pode:

- Criar um tempo de treinamento, mostrando para a criança um passinho de cada vez, para que ela tenha sucesso no que faz.

- Por exemplo: “-Vamos colocar aqui o tênis, eu coloco num buraquinho, você em outro...”

- Apreciando o esforço e as tentativas da criança, não só o resultado.

- “-Eu acho que você deve ter se esforçado muito pra fazer esse desenho, para amarrar esse tênis, que legal, como você se sente?”
- Eliminando as suas expectativas de perfeição, de achar que a criança vai fazer algo super grandioso, e se conscientizar das reais capacidades dela, do que ela realmente consegue fazer.

Esses são os quatro objetivos equivocados que a disciplina positiva nos apresenta, e através deles nós podemos nos conscientizar das necessidades que estão por trás do mau comportamento das crianças.

Algo importante que você precisa saber, é que as crianças não estão conscientes dos seus objetivos equivocados.

Alguma vez na vida, você já deve ter perguntado para o seu filho “-Porque você é desse jeito?” ou “-Porque você faz isso?”, e certamente sua criança disse que não sabe o porquê, ou te deu outra desculpa qualquer, a questão é que já que as crianças não estão conscientes dos seus objetivos equivocados e de suas crenças, o papel do adulto é ajudá-las a se conscientizarem de suas crenças e necessidades, e isso só é possível quando conseguimos identificar essas crenças e estamos conectados de forma pacífica e empática com a criança.

Espero que ao final deste ebook, você tenha conseguido identificar quais comportamentos da sua criança são comuns para a idade dela e quais comportamentos podem estar sendo motivados por crenças e necessidades não atendidas, dessa maneira, você terá sucesso em agir de forma respeitosa e assertiva com sua criança.

REFERÊNCIAS

NELSEN, J. Disciplina Positiva: o guia clássico para pais e professores que desejam ajudar as crianças a desenvolver autodisciplina, responsabilidade, cooperação e habilidades para resolver problemas. 3.ª ed. São Paulo: Manole editora, 2015.

NELSEN, J. LOOT, L. Ensinando habilidades para criar os filhos no modelo da Disciplina Positiva: Uma abordagem passo-a-passo para iniciar e liderar cursos para pais. 7º edição. Brasil: Disciplina Positiva Brasil.

QUEIROZ, Thiago. É normal! Um guia por idade sobre o que esperar de crianças e adolescentes. Paizinho vírgula, 30 de agosto de 2017. Disponível em: < https://paizinhovirgula.com/desenvolvimento-idades/>.

@seuinstagramaqui