



Águas Claras, 22 de maio de 2009.

## **As Dez Regras de Convivência e Valores Que Ajudam os Pais na Hora de Educar**

**Anelise Zanoni**

### **1) MANTENHA O HÁBITO DO DIÁLOGO**

Desde a concepção, os pais podem conversar com a criança. Manter um diálogo, mesmo de poucas palavras, é uma prova de amor que traz, ao longo do tempo, amor e confiança –essenciais para que a criança se sinta segura, o que se refletirá em todas as situações da vida, seja no vestibular, na busca por um emprego.

O diálogo deve ser adequado à idade das crianças. Quando os filhos são pequenos, os pais precisam se abaixar e ficar no nível dos olhos da criança. O repertório deve ser curto, mas compreensível, porque nesta fase ela pode perder a atenção caso a conversa seja muito prolongada. Os adolescentes, entretanto, não devem ser tratados como crianças, mas como responsáveis e com regras de convivência.

Também não deixe de elogiar seu filho pelos pequenos atos e conquistas. A atitude aumenta a autoestima.

### **2) APRENDA A DAR LIMITES**

O desafio é possível, mas é considerado o mais difícil pelos pais. Para muitas famílias, dar limites é proibir as brincadeiras, castigar as crianças ou preencher a agenda delas com esportes e atividades que não as deixam aproveitar a infância.

Os pais devem avaliar com os filhos o que é bom para eles na rua, na escola, na relação com a família. Depois, quando escolhidos os limites e os momentos de dizer "não", é preciso ser firme, mesmo quando a criança responde com birra ou diz um "eu te odeio".

Além disso, é importante que a regra não mude de acordo com o humor do pais – um palavrão, por exemplo, não pode ser motivo de graça um dia e, no outro, representar uma punição. Em determinadas fases, como por volta dos três anos, é normal que os pequenos queiram demonstrar com afinco aquilo que pensam. Os pais precisam ouvir a criança, mas se manter firme e mostrar que existem regras.

– A família se sente insegura em dar limites porque se sente culpada. O limite é essencial para o bem-estar de todos e serve para o futuro – explica a psicóloga Fabíola Scherer Cortezia.

### **3) ACOMPANHE A ESCOLA**

Depois de escolhida a instituição de ensino para seu filho, a tarefa está cumprida. Você pensa assim? Pois saiba que pais, educadores e crianças são os protagonistas de uma boa formação. Por isso, é fundamental manter-se envolvido com os estudos do seu filho.

Dominar conteúdos não é suficiente, é preciso que a criança se sinta feliz ao ir para aula porque só assim ela terá prazer em aprender e a conviver com o ambiente escolar. Pergunte para seu filho se a escola está valendo a pena, se ele está feliz. Converse com professores e orientadores. Leia para a criança.

Evite se preocupar demais com as notas. De acordo com o pedagogo Euclides Redin, doutor em Ciências da Educação, se preocupar com a avaliação é uma forma de controlar o pensamento da criança. Em vez do resultado, entenda o desempenho de seu filho a partir do grau de satisfação dele com a escola. Se ele estiver gostando e fazendo amigos, provavelmente estará aprendendo o conteúdo ensinado.

#### **4) HONESTIDADE**

Exercícios de honestidade começam dentro de casa. Ensine a criança a falar a verdade e mostre a ela o quanto é ruim copiar um trabalho da internet ou inventar desculpas para não ir a aula. Os ensinamentos devem ser feitos com amor e paciência, e o excesso de trabalho dos pais não pode ser desculpa para liberar as crianças a fazerem tudo o que querem e de maneira desonesta.

#### **5) RESPONSABILIDADE PELO QUE FAZ**

Desde cedo, a criança precisa aprender a ser responsável por algumas coisinhas. Ensiná-la a guardar os brinquedos, a organizar o material da escola e a estudar nos dias de prova são alguns exemplos de que a responsabilidade é um exercício que pode começar desde cedo. Claro que convém o bom senso dos pais para perceber quando a "tarefa" é muito pesada para seu filho.

#### **6) RESPEITE AOS MAIS VELHOS**

Pais devem exigir respeito dos filhos sem ser autoritários, o que significa fazer com que as crianças escutem suas lições e ensinamentos. Perceber a importância da sabedoria dos mais velhos é importante não apenas para conviver com as pessoas, mas também para aprender com a experiência dos outros e para ter atitudes de educação.

Converse com a criança explicando que todos nascemos pequenos e, com o tempo, crescemos, envelhecemos e aprendemos muito da vida. O ensinamento diz que devemos ouvir, prestar atenção e respeitar pais, professores e avós.

#### **7) RESPEITAR AS DIFERENÇAS**

Uns gostam de azul, outros, de vermelho. Pessoas são altas, baixas, gordas e magras. Todos somos diferentes e seu filho precisa perceber que a diferença serve para somar as relações pessoais, e não para separar as pessoas.

Provavelmente, será dentro da sala de aula que seu filho perceberá mais a variedade de estilos e comportamentos: tem aqueles que são mais espertos, os mais quietinhos. Explique o quanto é legal ser diferente. É preciso aceitar as pessoas que não seguem os mesmos padrões que o nosso e isso não significa que somos melhores ou piores que os outros. A atitude ajudará seu filho a trabalhar em grupos, a ser mais receptivo e menos preconceituoso no futuro.

#### **8) CUIDAR DA NATUREZA**

Assim como ensinamos a crianças hábitos e valores relacionados ao comportamento, àqueles que refletem no ambiente também são importantes. Afinal, o que as crianças fazem hoje terá resultados no futuro.

Mostre a seu filho o quanto é bom passear no parque, ter vínculos com os animais e aproveitar os alimentos da natureza. Reduza o tempo das crianças na frente da TV e do computador e explique a importância de fenômenos naturais como a chuva, o vento e as estações do ano.

Quando a temperatura estiver favorável, permita que eles brinquem com água e andem de pés descalços quando a temperatura estiver favorável. Também não esqueça de dar exemplos: alimentar-se naturalmente, economizar água e ir a feiras ecológicas com as crianças é um grande passo.

#### **9) ENSINE-O A ESCUTAR**

Às vezes, pode parecer mais cômodo dizer não para as crianças e terminar a conversa. Mesmo que você queira colocar limites, é preciso ouvi-las. Ouvir um filho é permitir que ele exponha seu ponto de vista e aprenda a aceitar a opinião do outro. Respeitar a vontade do outro é básico para uma convivência saudável.

#### **10) EVOQUE AS PALAVRAS MÁGICAS**

O tempo passa e algumas coisas não mudam. Expressões como "muito obrigada", "por favor", "licença" e "desculpa" nunca saem de moda ou dos padrões de educação.

As palavras de boas maneiras são mágicas para o futuro, para fazer com que as crianças se hoje não se transformem em adultos insensíveis.