



adélia

PROJETO PARENTALIDADE POSITIVA

DICA 14

**Comunicar eficazmente
entre adultos: a construção
de relações colaborativas**



Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

A educação das nossas crianças é necessariamente partilhada com outros adultos que são importantes na vida das crianças.

Esses adultos, para além dos pais/cuidadores, são, por exemplo, pertencentes à família alargada, profissionais da educação, da saúde, do desporto ou de lazer.

A colaboração e partilha, entre os vários adultos de influência na vida das crianças, é um aspeto central para uma comunicação eficaz, para a definição e consistência nas estratégias e para o suporte e bem-estar entre os adultos.

Contudo, também são centrais para o desenvolvimento pessoal, social e académico das crianças.



Referências:

Webster-Stratton, C. (2016). Os Anos Incríveis – Guia de Resolução de Problemas para Pais de Crianças dos 2 aos 8 Anos de Idade. Braga: Psiquilíbrios Edições.
Webster-Stratton, C. (2017). Como Promover as Competências Sociais e Emocionais das Crianças. Braga: Psiquilíbrios Edições.



Cofinanciado por:



Comunicar significa “partilhar” uma informação, uma mensagem, seja através da fala, da escrita ou do comportamento.

Os nossos gestos e expressões revelam muito do que pensamos e sentimos.

Por isso, boas competências de comunicação e de negociação são fundamentais para nos expressarmos, mas também para recebermos eficazmente as mensagens dos outros.



Referências:

Webster-Stratton, C. (2016). Os Anos Incríveis – Guia de Resolução de Problemas para Pais de Crianças dos 2 aos 8 Anos de Idade. Braga: Psiquilíbrios Edições.
Webster-Stratton, C. (2017). Como Promover as Competências Sociais e Emocionais das Crianças. Braga: Psiquilíbrios Edições.



Cofinanciado por:



Como construir relações mais colaborativas com outros adultos?

Parta do conhecimento da criança, dos seus interesses, competências e dificuldades. Este conhecimento será central na comunicação com os outros adultos.

Promova um ambiente regular de partilha de mensagens “Eu” (centradas nos seus sentimentos e nos seus pensamentos) e mensagens positivas, não esquecendo que o foco é nas necessidades e ponto de vista da criança. Em vez de usar um tom acusatório ou apontar dedos às eventuais falhas dos outros, diga o que está a sentir e a pensar (“Eu estou muito preocupado/a com o comportamento da Maria. Ultimamente tem atirado os objetos do quarto pelo ar quando fica frustrada e grita muito”).

Utilize uma linguagem colaborativa e integrativa (usando o “nós”). Mostre preocupação, reflita em conjunto, valorize e promova as sugestões dos outros. Reforce, apoie e aceite. Use o sentido de humor e seja otimista (“Partindo da tua ideia do outro dia, pensei que podemos fazer uma tabela de registo de comportamentos para irmos reforçando o bom comportamento da Maria. Que te parece?”)

Partilhe as suas ideias de forma positiva, breve, clara e específica, focando-se nas estratégias e no comportamento que quer promover, em conjunto, na criança. Pode definir passos a adotar, estratégias e pessoas a envolver (“Achas que podemos começar por ajudar a Maria a melhorar/corriger o comportamento de gritar, utilizando estas estratégias e daqui a uma semana reavaliemos?”).



Referências:

Webster-Stratton, C. (2016). Os Anos Incríveis – Guia de Resolução de Problemas para Pais de Crianças dos 2 aos 8 Anos de Idade. Braga: Psiquilíbrios Edições.
Webster-Stratton, C. (2017). Como Promover as Competências Sociais e Emocionais das Crianças. Braga: Psiquilíbrios Edições.



Cofinanciado por:



Como construir relações mais colaborativas com outros adultos?

Peça feedback regularmente. Oiça atentamente, sem interromper. Mostre-se disponível para ouvir (e agende uma conversa caso se justifique), privilegie o contacto pessoal, mantenha contacto ocular e expressões faciais adequadas ao conteúdo falado e ouvido. Faça questões abertas e sínteses. Demonstre empatia e compreensão. Incentive e valorize (“Olha, Manuel, neste momento estou muito atrapalhada com um trabalho que tenho que entregar até às 11h mas compreendo e partilho as tuas preocupações. Achas que podemos falar, com mais calma e pessoalmente, pelas 14h?”).

Sempre que haja problemas, não acumule com outros nem misture situações. Defina o/os problema/s, seja seletivo no que pretende transmitir, positivo e não acusativo. Concentre-se no que quer dizer e mantenha a calma. Proponha uma pausa se houver irritação. Faça uma lista de alternativas ou soluções, planos e estratégias de avaliação da sua eficácia (“Temos que refletir em conjunto sobre várias coisas, mas proponha que hoje nos focássemos apenas na questão do comportamento da Maria que te descrevi ao telefone”).

Admita erros, peça desculpa e faça recomendações positivas e ajustadas à capacidade da outra pessoa, propondo ajuda sempre que possível. Transmita confiança, esperança genuína e defina planos realistas e possíveis, incentivando mais momentos de partilha no futuro (“Olha, eu no outro dia fui muito injusto/a contigo. Depois pensei melhor e acho que a tua proposta faz todo o sentido, temos que tentar e haveremos de conseguir”).



Referências:

Webster-Stratton, C. (2016). Os Anos Incríveis – Guia de Resolução de Problemas para Pais de Crianças dos 2 aos 8 Anos de Idade. Braga: Psiquilíbrios Edições.
Webster-Stratton, C. (2017). Como Promover as Competências Sociais e Emocionais das Crianças. Braga: Psiquilíbrios Edições.



Cofinanciado por:



Ser capaz de filtrar cada palavra e cada gesto, mantendo sempre o respeito, a educação e o foco na mensagem a transmitir, é um enorme desafio!

Especialmente quando um problema se apodera de nós, deixando a impaciência e o nervosismo “à solta”.

Tentemos fazer o melhor a cada dia, aceitando que, por vezes, é muito difícil... Mas, se entre adultos cuidadores for dado o exemplo da perseverança, as crianças também aprenderão como fazer.



Referências:

Webster-Stratton, C. (2016). Os Anos Incríveis – Guia de Resolução de Problemas para Pais de Crianças dos 2 aos 8 Anos de Idade. Braga: Psiquilíbrios Edições.
Webster-Stratton, C. (2017). Como Promover as Competências Sociais e Emocionais das Crianças. Braga: Psiquilíbrios Edições.



Cofinanciado por:

