

Guia de bolso dos Direitos dos Pais e Cuidadores



PROJETO **PARENTALIDADE POSITIVA**



Cofinanciado por:



PO ISE
PROGRAMA OPERACIONAL
INCLUSÃO SOCIAL
E EMPREGO



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

“Quando nasce uma criança, nasce um pai e/ou uma mãe.”

**Ser pai ou cuidador é um processo de construção ao longo do tempo,
com desafios novos e novas aprendizagens em cada fase.**



Por isso, reconhecemos que:

Bibliografia de base:

Brazelton, T. B. (1995). O grande livro da criança (14.ª ed). Lisboa: Editorial Presença.

Gordon, D. (2016). Parentalidade sábia. Braga: Psiquilíbrios Edições.

Ramalho, V. (2015). Lá em casa mandam eles? (5.ª ed). Braga: Psiquilíbrios Edições.

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:



Os pais e cuidadores têm o direito de ter dúvidas e inseguranças no seu papel, bem como o direito de pedir desculpa e ajuda, por exemplo, através da frequência de programas de educação em parentalidade positiva.



Os pais e cuidadores têm o direito de ser apoiados. É reconhecida a importância dos avós e de outros familiares, bem como dos amigos, no apoio direto aos pais e na promoção do bem-estar das crianças e jovens.

“Para educar uma criança é preciso uma aldeia” (provérbio africano).

Os pais e cuidadores têm direito a sentir emoções positivas e negativas no desempenho do seu papel, bem como o direito de ter espaço e tempo para se retemperar e acalmar.



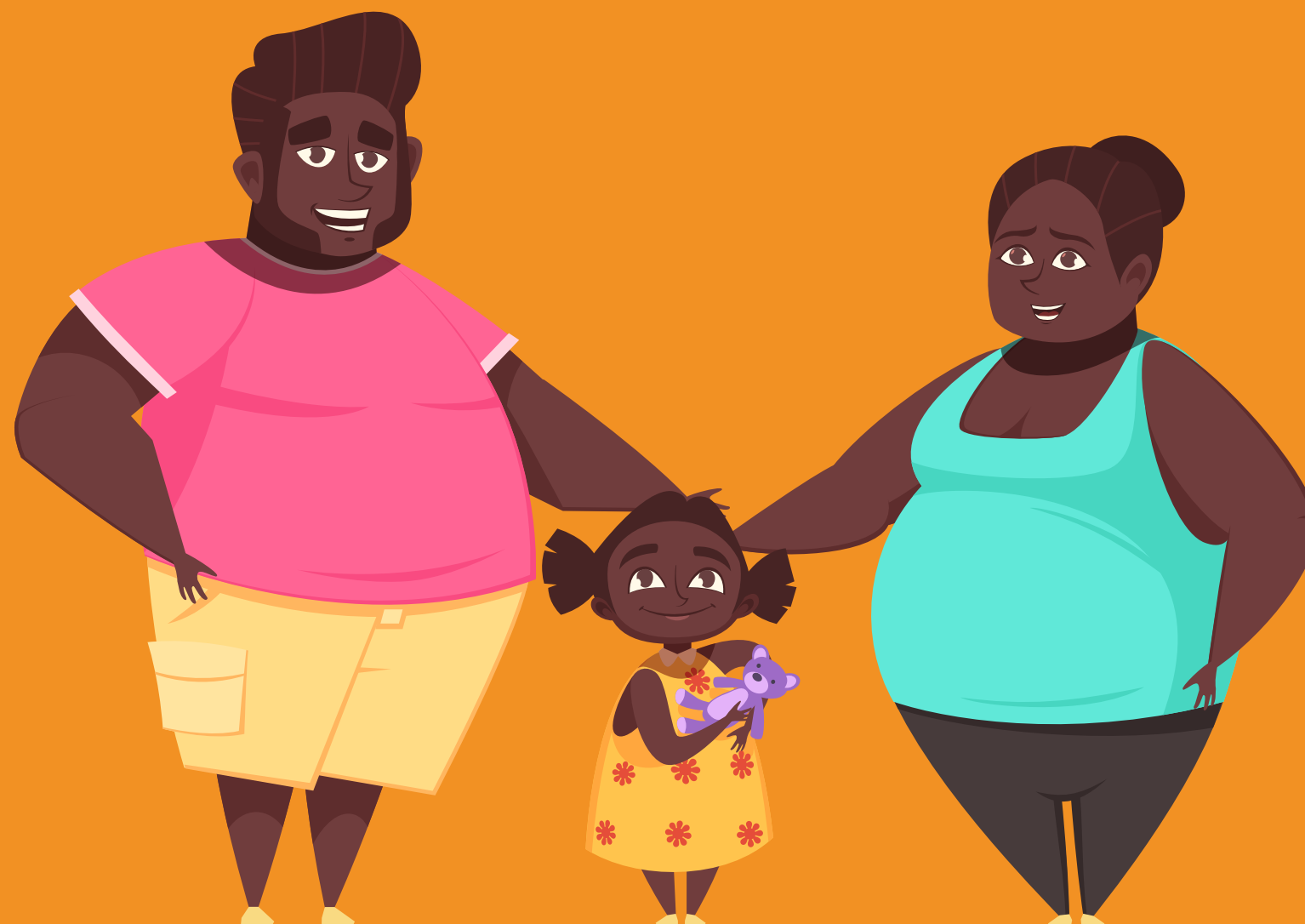
Os pais e cuidadores têm o direito a educar os seus filhos para os valores e competências que consideram importantes para a sua vida, em conjunto com a comunidade. Têm o direito, ainda, a aprender com os filhos.

As famílias têm o direito de se reinventar, reorganizar e reconstruir, integrando e reconhecendo a importância e participação de todos e todas, incluindo as crianças e jovens.



Os pais e cuidadores têm o direito de amar incondicionalmente as suas crianças e jovens, demonstrando-o em todas as interações e de promover esses laços de afeto, carinho e cuidado.

Os pais e cuidadores têm o direito de criar regras e limites às crianças e jovens, de orientar com firmeza e com ternura a sua ação em função das suas necessidades, ouvindo-as/os nos temas que lhes digam respeito.



Os pais e cuidadores têm o direito de brincar com as crianças e jovens, sem competição, promovendo a criatividade e a experimentação de papéis, a tomada de decisão e a autorregulação das mesmas.

Os pais e cuidadores têm o direito de reconhecer e elogiar as crianças e jovens pelas suas aquisições, mas também pelas suas tentativas, a comemorar os sucessos (os seus também), a apoiar e a definir com a criança ou jovem os passos a adotar, preparando-as/os para a autonomia.



Os pais e cuidadores têm o direito de discordar entre si, no que diz respeito à educação das crianças ou jovens, bem como a ter momentos e espaço para discussão dos diferentes pontos de vista, tempo para refletir e tomar decisões, em prol do bem-estar das crianças ou jovens.

Os pais e cuidadores têm o direito a criar e promover um clima familiar estável, protetor e cuidador, com total ausência de violência, e contribuir para uma comunidade de vizinhança positiva e promotora do bem-estar de todos/as.



Os pais e cuidadores têm o direito a ter direitos e a cuidar de si. Sempre que tivermos adultos saudáveis e felizes, temos maior probabilidade de termos crianças e jovens igualmente saudáveis e felizes.