



adélia

PROJETO PARENTALIDADE POSITIVA

DICA 6

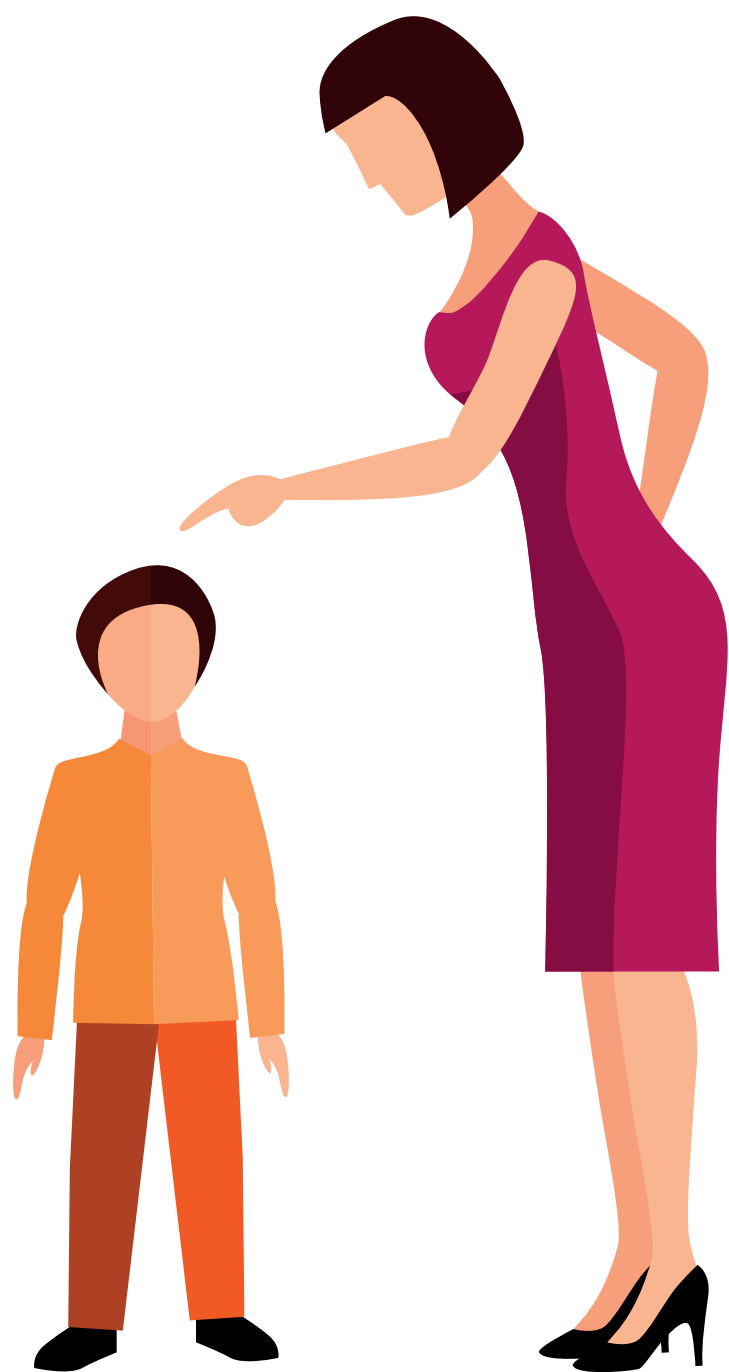
**Regras e
limites**



Cofinanciado por:



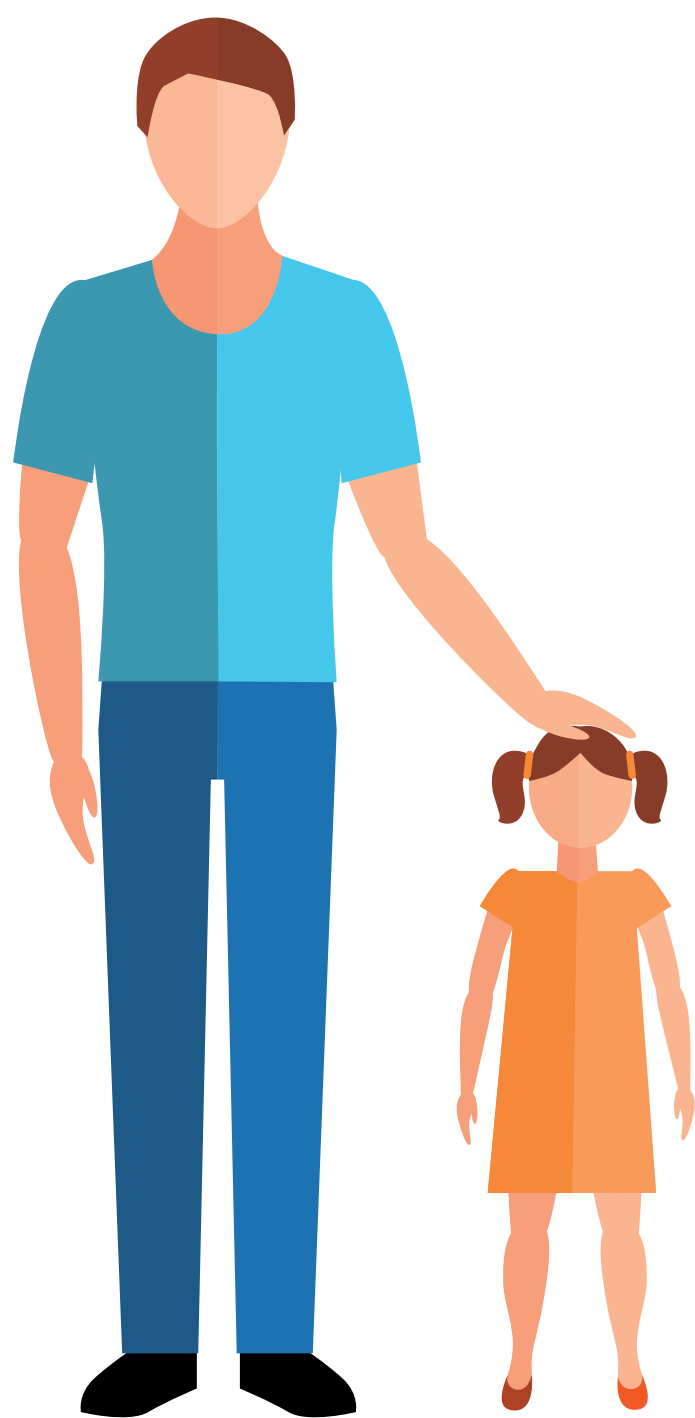
UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu



**Estabelecer regras
permite à criança
compreender limites,
distinguir
comportamentos
aceitáveis e não
aceitáveis.**

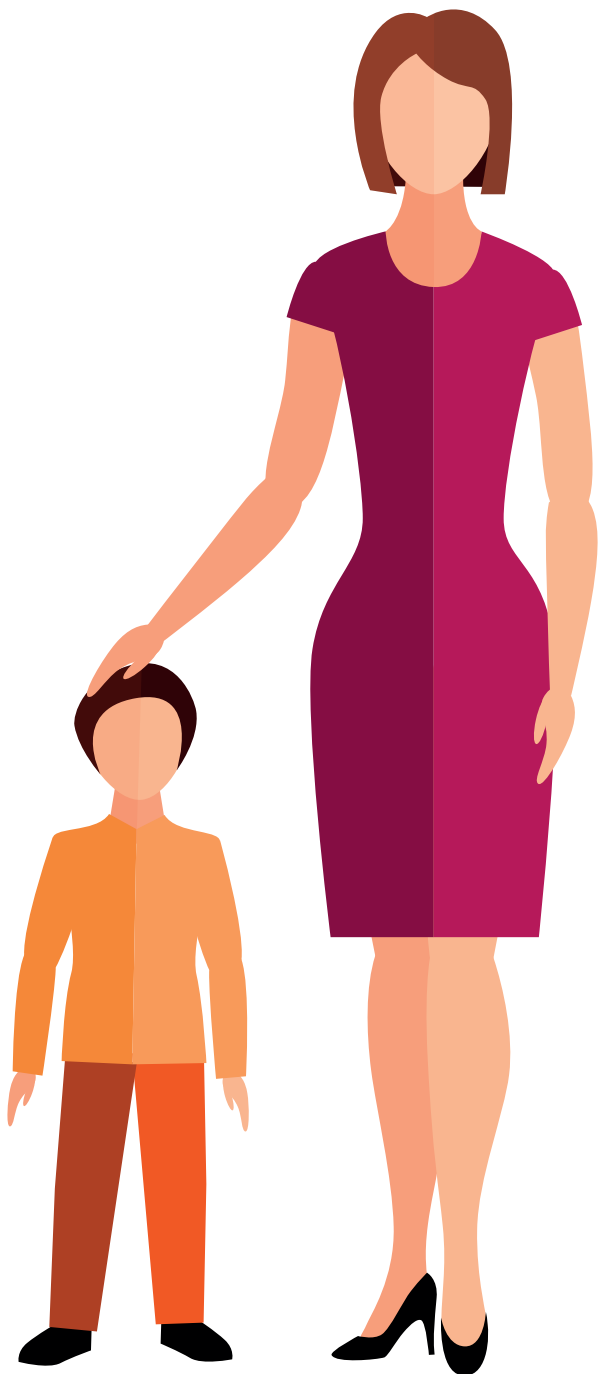


A definição consistente de limites, contribui para que a criança se sinta mais tranquila e segura, promovendo a sua autonomia.



Regras “realistas”, consistentes e claras, de acordo com a faixa etária, permitem à criança saber qual o comportamento que se espera dela e ajuda a desenvolver o autocontrole. Antecipar o momento do cumprimento da regra pode ser uma estratégia.

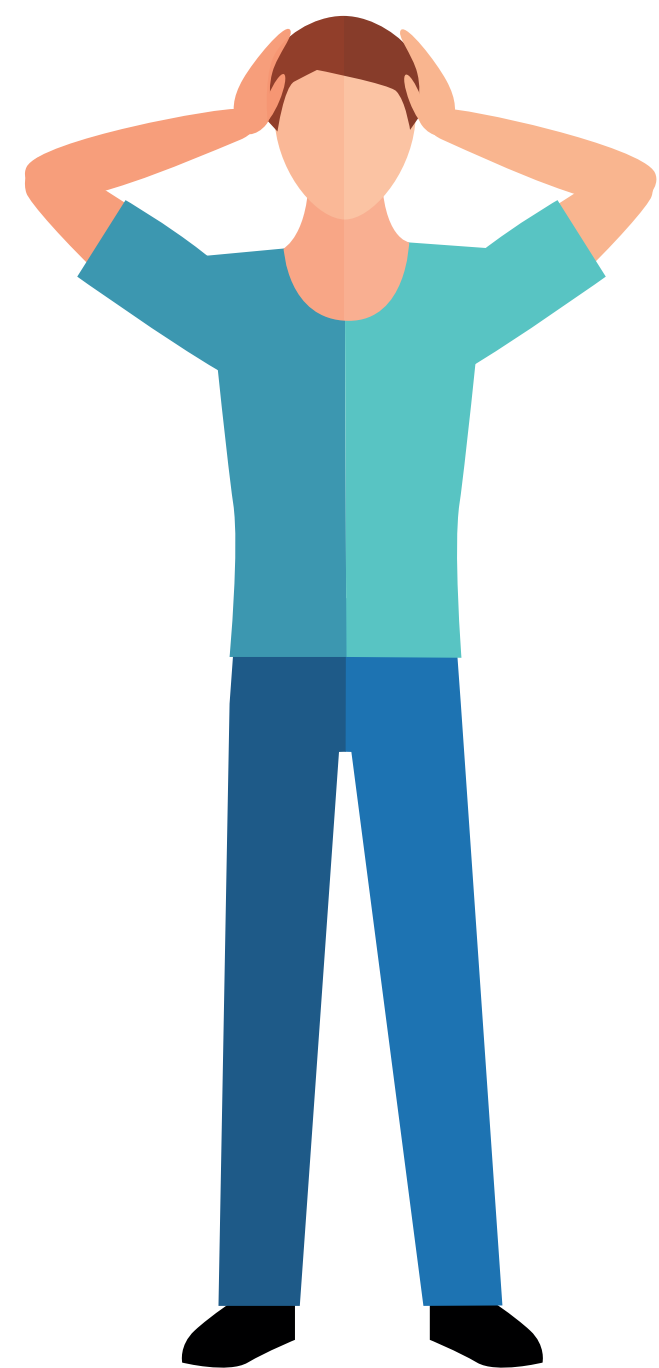
Promova o equilíbrio entre o que são as regras do adulto e o que é possível oferecer como opção à criança. Sempre que possível introduza a negociação e a discussão, permitindo-lhe expressar a sua opinião, que deverá ter em consideração. A criança aprenderá a resolver problemas.



É muito importante explicar as razões do “não” e das regras e limites. Assim, a criança compreende as razões e desenvolve a capacidade de aceitar outros pontos de vista. Ajuda-a também a tomar decisões, a desenvolver o sentido crítico, a objetividade e a lógica.



**Pais/Cuidadores
devem estar
sintonizados com as
regras e limites. Em
caso de
desacordo, devem
primeiro
conversar e
acertar. Além de
ser orientador,
previne a
conflitualidade.**





**Adultos saudáveis,
foram crianças que
aprenderam a
lidar com
contrariedades e
frustrações.**

Somos melhores educadores ao estabelecer regras e limites adequados. Saber dizer “não” às nossas crianças também é um ato de amor.



**Escolha as suas
“batalhas” de forma
sensata, pense antes
de estabelecer uma
regra!**

**Tenha a certeza que é
mesmo necessária e
que está preparado(a)
para aplicar as
consequências!**

