



Regras de bom comportamento deverão ser definidas antes mesmo de seguir viagem em direção ao destino de férias

NÃO DEIXE QUE UMA BIRRA LHE ESTRAGUE AS FÉRIAS

Não ceda ao 'beicinho' e deixe claro que é o adulto quem manda. A solução vem de casa

A

assegure-se de que não se esqueça de nada e de que os mais pequenos levam a lição bem estudada. Antes mesmo de seguir viagem, deixe claro como quer que a criança se comporte fora de casa, assumindo uma atitude assertiva e firme em que limites, regras e consequências de não as acatar estão definidos à partida, defende a psicóloga clínica Cláudia Madeira Pe-

reira. E não há espaço para exceções. «Se os pais cederem, a criança vai perceber como pode conseguir o que quer e as birras acabam por se tornar mais frequentes, intensas e persistentes no futuro», antevê a psicóloga.

Instalado o nervosismo, é fundamental que o adulto desvie o foco da atenção da criança, ignorando-a sempre que esteja garantido que o pranto não a coloca em situação de perigo. Uma preocupação extrema naquele momento de tensão poderá, inconscientemente, reforçá-lo. “Pode não ser fácil para os pais, mas é crucial que esperem até um momento em que a criança esteja mais calma para voltarem a dar-lhe qualquer tipo de atenção”, esclarece Cláudia Madeira Pereira.



A vergonha do adulto aumenta capricho das crianças

Em contexto de exposição pública, que o tempo quente potencia, deverá optar por retirar a criança do local, evitando manifestar qualquer constrangimento com o acontecido: sentimentos como vergonha, saturação ou cansaço aparentes mostram-se contraproducentes e estimulam a repetição da birra.

Palmada não é solução

Para a psicóloga, bater não é um método eficaz. “Castigos físicos levam a que as crianças se sintam mais frustradas, irritadas e revoltadas”, o que fará da birra uma situação progressivamente mais difícil de gerir. “Métodos punitivos e agressivos” resultam frequentemente em crianças hostis, acrescenta a especialista.