

TOOLKIT DE COMUNICAÇÃO

PARA PAIS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Quantas vezes damos por nós a perguntar-nos: *porque é que não me ouve?* De facto, promover a cooperação com uma criança consegue ser complicado. As crianças são naturalmente curiosas, impulsivas e seguem a sua vontade. Características que, quando precisamos de nos focar noutras atividades como no trabalho, podem se tornar conflituosas. A forma mais comum de tentar obter a sua cooperação normalmente, inclui ameaças, subornos, castigos e a repetição constante. O grupo Mediação em Diálogo espera que este toolkit seja útil.

4

Ferramentas para fomentar a cooperação com a criança

1

Envolve a criança na resolução de problemas. Podemos perguntar-lhe **"como podemos resolver este problema juntos?"**

2

Inclua a criança **fornecendo-lhe escolhas**. Invés de emitir ordens "desliga a televisão" podemos antes dar-lhes informações "a esta hora a televisão deve ser desligada". Caso não funcione poderá negociar - "mais 5 minutos".

3

Utilize a **comunicação positiva**. Invés de dizer "não corras" (o que não se deve fazer) podemos dizer "vamos a caminhar" (o que gostávamos que ela fizesse).

4

Gerir as nossas expectativas. Não podemos esperar que a criança se comporte sempre da maneira que desejamos.

Uma das chaves da comunicação é delinear com curiosidade o mapa do outro. Perceberá que, mesmo tendo as mesmas peças que o seu puzzle, estas, surpreendentemente, compõem um desenho diferente do seu.

Falar com tom e atitude
respeitadores



Linguagem Positiva

Pedir ajuda à criança



Estratégias
de
comunicação



Usar sentido de humor



Dizer "sim"



Quantas vezes nos acontece dizermos à criança "para de gritar" enquanto também nós estamos a levantar o tom de voz? Dizermos algo como "vamos usar as nossas vozes calmas" poderá guiar a criança ao comportamento que pretendemos. "O significado da minha comunicação é medido pela resposta que obtenho do outro" (Guix, 2008, p. 36).



O nosso tom de voz é uma forma de demonstrarmos às crianças que os respeitamos. "A nossa voz faz ressoar os nossos estados interiores, revelando tudo sobre nós, embora não nos apercebamos." (Guix, 2008, p. 60).



Se passamos a maior parte do dia a dizer "não" à criança, esta começa gradualmente a ignorá-lo. Em vez de dizer "não" para estabelecer um limite, podemos procurar expressões alternativas para exprimir o que queremos dizer. Por exemplo, a criança pede-nos que brinquemos com ela. Poderíamos dizer num tom suave "sim, posso brincar contigo assim que acabar as minhas tarefas".



As crianças querem fazer parte, querem ajudar. Se queremos por exemplo que ela vá para outra área da casa podemos pedir-lhe que leve algo para lá (umas chaves, um saco).



O sentido de humor é algo vantajoso quando estamos prestes a perder a paciência. Algo tão simples como cantar uma canção pode aliviar a nossa tensão e conseguir um sorriso da criança.



A comunicação não violenta diz-nos que é possível tentar adivinhar o que a criança está a sentir através de frases como:

- **Estás a dizer-me que...**
- **Estás a sentir...?**
- **Parece-me que talvez estejas a sentir...**

Para praticar

1. Como podemos fomentar a cooperação com a criança?
 - Existe alguma maneira de resolver a situação com ela?
 - Existe alguma maneira de lhe dar alternativas?
 - Existe alguma maneira diferente de nós falarmos?
 - Precisamos de gerir as nossas expectativas ou as delas?
2. Somos amáveis e claros quando estabelecemos limites?
3. Aceitamos os sentimentos negativos da criança para ajudarmos a processar as suas emoções?

Sabemos que estes tempos são extremamente difíceis, mas não podemos esquecer que funcionamos melhor quando a nosso corpo, mente e alma estão fortes e saudáveis. Para cuidarmos da nossa família, temos de cuidar de nós próprios. Não existe problema algum em pedirmos ajuda caso sintamos que estamos esgotados e a ultrapassar os nossos limites. Falar com alguém que esteja a passar pelo mesmo pode-nos ajudar a compreender que não estamos sozinhos.

Fontes utilizadas:

Davies, S. (2020). *A criança Montessori: um guia para a educação de seres humanos curiosos e responsáveis*. Lisboa, Editorial Presença

Guix, X. (2008). *Nem eu me explico, nem tu me entendes*. Porto, Lua de Papel

