



seu filho
POR FLÁVIA BENVENGA

Lições de cooperação

Neste mundo cheio de competição, aprender a colaborar faz toda a diferença para que a vida no planeta seja melhor. E isso deve começar desde cedo, nas pequenas atitudes entre pais e filhos para gerar os frutos do compartilhar, respeitar, crescer... A terapeuta norte-americana Jane Nelsen, em seu novo livro *Disciplina positiva* (Cultrix, 215 págs., R\$ 32), propõe quatro passos para cultivar a cooperação nos pequenos e garante: "É uma excelente forma de criar uma atmosfera favorável. Quando percebem que você compreende o ponto de vista delas, as crianças se sentem incentivadas, se dispõem a ouvir melhor o seu e a trabalhar para solucionar algum problema". Confira: **1.** Expresse compreensão pelo modo como a criança pode estar se sentindo, de acordo com o ponto de vista dela. Verifique com ela se a sua percepção está correta. **2.** Compreender não é sinônimo de concordar ou transigir. Significa simplesmente entender a maneira de ver da criança. **3.** Exponha seus sentimentos. Se os dois primeiros passos foram dados de maneira sincera e amistosa, o pequeno está pronto para ouvi-la. **4.** Pergunte se a criança estaria disposta a encontrar uma solução junto com você. Pergunte se ela tem alguma sugestão sobre o que fazer no futuro para evitar o problema. Em caso negativo, faça algumas propostas e veja com o que ela concorda.

P Meu filho, de seis anos, não quer escovar os dentes. **R** O que faço?

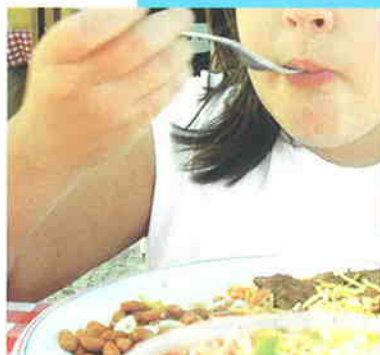
Solange, por e-mail

De acordo com o psicólogo Jerry Wyckoff e a jornalista Bárbara C. Unell, autores do livro recém-lançado *Como fazer seu filho trocar o sim pelo não* (Sextante, 192 págs., R\$ 19,90), os pequenos têm necessidade de controlar o próprio mundo. "Deixe que seu filho perceba que manter os dentes e as gengivas saudáveis pode ser divertido, e permita que ele mesmo escolha produtos que vai usar", orientam. "Sempre que possível, escove os seus dentes ao lado da criança para que ela se sinta motivada e aprenda como fazer. Encontre um odontopediatra que seja amável e que possa ajudá-la a estimular uma boa higiene dental. Consulte mais de um profissional para escolher aquele que lida melhor com crianças pequenas."

BOAS MANEIRAS NO RESTAURANTE

Para evitar estresse com as crianças e ensiná-las a se comportar bem à mesa quando saem para comer, convém, primeiro, praticar as regras básicas em casa. Por isso, vale a pena incentivar as refeições em família para seu filho ir aprendendo desde pequeno a conviver com as pessoas e a ficar um longo período sentado. Dessa forma, a experiência será semelhante onde quer que ele se alimente. Anote algumas idéias de especialistas para garantir um bom comportamento no restaurante:

- Escolha locais receptivos para crianças.
- Leve um livro ou brinquedo para que seu filho se distraia enquanto espera a chegada dos pratos.
- Evite levar as crianças cansadas ou com muita fome, isso irá dificultar a espera.
- Mantenha a calma e procure aproveitar o passeio.



SÓ PARA GAROTAS

Menstruação, transtornos alimentares... e todos os temas que martelam a cabeça das garotas na puberdade são explicados pela terapeuta australiana Shushann Movsessian em seu livro *Puberdade - Só para garotas* (Integrare Editora, 128 págs., R\$ 39,90).

