

Parentalidade Positiva

As melhores dicas



A parentalidade positiva (ou autoritária) é um estilo de parentalidade que encoraja os pais a focarem-se nas coisas positivas – naquilo que o seu filho está a fazer bem e nos seus pontos fortes. Baseia-se em comportamentos calorosos, respeitosos e positivos. As crianças devem vivenciar relacionamentos amorosos com os seus pais, juntamente com supervisão, estrutura e limites adequados à sua idade, o que lhes dá a oportunidade de prosperar e ter uma infância feliz e saudável.

- Elogiar genuinamente o comportamento positivo (bom comportamento).
- Estabelecer regras familiares claras, de acordo com a idade e as capacidades do seu filho.
- Planear atempadamente para alturas em que as crianças se possam comportar de forma mais irrequieta (ex.: levar um lanche ou um brinquedo quando for às compras).
- Refletir sobre a razão que possa estar por detrás de certos comportamentos - será que o seu filho se sente com fome, zangado, sozinho ou cansado?
- Associe um sentimento ao comportamento. Por ex: "Penso que estás a atirar os brinquedos porque estás zangado, mas não magoamos as pessoas".
- Criar uma rotina que funcione para a vossa família.
- Modele o comportamento que quer ver - uma criança não irá entender que não é permitido bater ou gritar se vir que os adultos o fazem.



Parenting. Give it time. disponibiliza sugestões de parentalidade positiva e conselhos de especialistas para encorajar o bom comportamento das crianças e apresenta alternativas ao castigo físico.



Magu plant.
Rhowch amser iddo.

Parenting.
Give it time.



Para mais sugestões e informações sobre parentalidade positiva consulte:

 gov.wales/giveittime

 @parentsinwales
 @parenting.wales

Positive parenting



Top tips


Positive parenting (or authoritative) is a style of parenting that encourages parents to focus on the positive – what your child is doing right and their strengths. It is based on warm, respectful and positive behaviours. Children should experience loving relationships with their parents alongside age-appropriate supervision, structure and boundaries, which allows them the chance to thrive and lead happy and healthy childhoods.

- Give genuine praise for positive (good) behaviour.
- Have clear family rules suitable for your child's age and ability.
- Plan ahead for times where children tend to behave in challenging ways (e.g. take a snack or toy on shopping trips).
- Try and think about what's going on under the surface of tricky behaviours – is your child Hungry, Angry, Lonely or Tired (HALT)?
- Connect a feeling to the behaviour e.g. 'I think you are throwing the toys because you are cross, but we don't hurt people.'
- Develop a routine that works for your family.
- Model the behaviour you want to see - a child won't understand that hitting or shouting is not allowed if that is what they see adults do.



Parenting. Give it time offers positive parenting practical hints, tips and expert advice to encourage good behaviour from children and alternatives to physical punishment.





For more information
and advice on parenting, visit:
 gov.wales/giveittime



Magu plant.
Rhowch amser iddo.

Parenting.
Give it time.

 @parentsinwales
 @parenting.wales