

Dar Voz às Crianças



COMO LIDAR COM COMPORTAMENTOS DESAFIADORES DOS FILHOS?

AULA 3



Canto Maternar
Maira Soares

BEM-VINDA

Parabéns por ter chegado até aqui. Sei que não é fácil manter o comprometimento nesta vida louca que temos hoje em dia, especialmente como mães, porque sempre aparecem imprevistos, né?

Fico muito feliz de contar com sua presença e dedicação, eu confio que minha mensagem tem um poder imenso de transformação e dedico muita energia e amor em fazê-la chegar aos quatro cantos do mundo.

Se você está aqui, é porque é persistente e já entendeu que para educar nossos filhos respeitando a essência deles, confiando no que eles nos trazem, precisamos antes olhar para dentro de nós e para o nosso passado.

O maior presente que podemos dar aos nossos filhos é o nosso processo de autoeducação.

Eu estou aqui para te apoiar no seu processo de autoeducação, te mostrar um caminho para você encontrar uma forma de **maternar seus filhos com mais leveza e conexão através do reencontro com sua criança interior**. Eu me disponho a te acompanhar nesta jornada.

Gratidão pela confiança no meu trabalho! Gratidão por estar aqui, dedicando seu tempo para experimentar a **Criação Consciente** através desta vivência que eu organizei com minha equipe.

Eu fico feliz de ter tocado seu coração a ponto de você ter insistido e chegado até aqui. Obrigada por se unir a este time de mães que querem transformar a geração dos nossos filhos. Eles com certeza nos agradecerão no futuro.

Um abraço,

Máira Soares

Dar Voz às Crianças



COM MAÍRA SOARES

**Se você perdeu alguma
aula desta série, elas
ficarão no ar para você
maratonar até domingo,
dia 25/setembro,
às 23h59**

**Clique aqui para
maratonar as aulas da
Série Dar Voz às Crianças!**

ATENÇÃO!

Se você está interessada em participar da nova turma da minha Mentoria Maternar a Criança, sugiro que entre no grupo especial para receber o link de inscrição antes do público geral (estou abrindo 3 turmas com no máximo 30 vagas cada)

[Clique aqui para entrar no grupo especial](#)

Dar Voz às Crianças



COM MAÍRA SOARES

Qual foi o maior insight desta aula? Comentando no post você pode concorrer a um sorteio de uma entrevista exclusiva com a Yvone Laborda e uma inscrição no meu workshop gravado *Respira, Não Pira*, o sorteio será realizado no dia 26/09, dia da próxima aula, às 8h da manhã de Brasília!

[Clique aqui para comentar seu insight](#)

RESUMO - AULA 3

COMO LIDAR COM COMPORTAMENTOS DESAFIADORES DOS FILHOS?

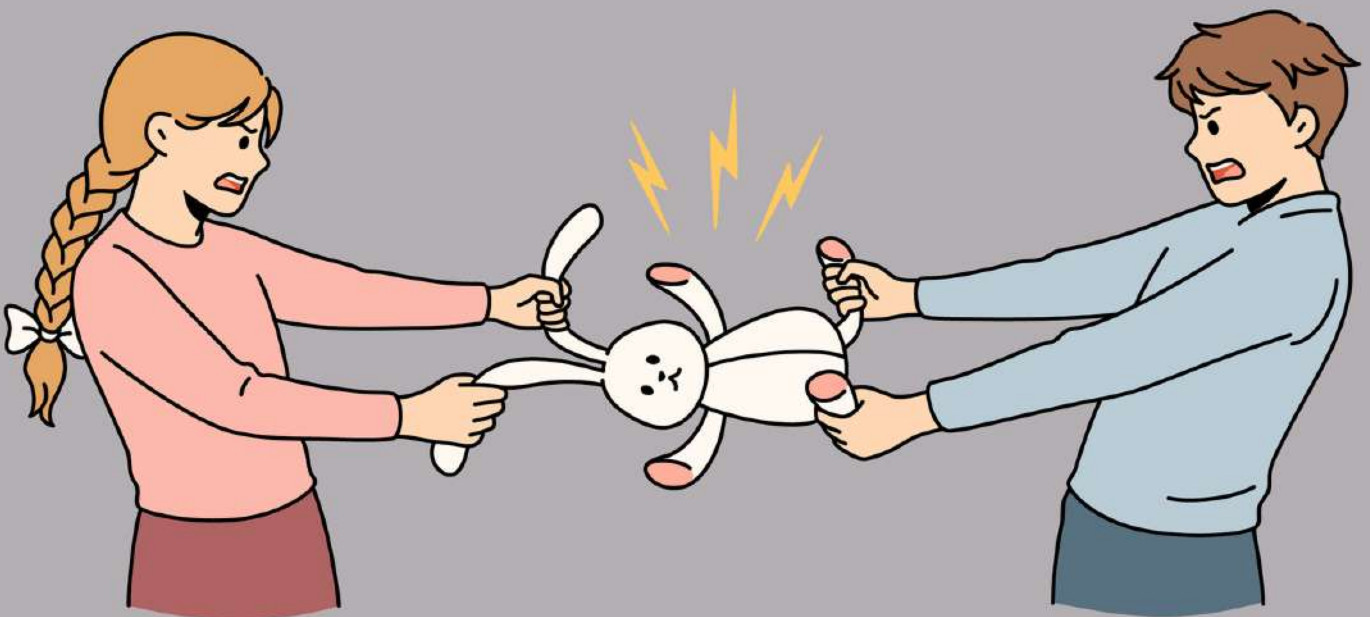
Na Criação Consciente, temos em mente que a criança nasce boa. Ela não se comporta mal porque é má, mas porque está se sentindo mal.

Não faz sentido levar pro lado pessoal o mau comportamento, a criança não está nos provocando, nos desafiando ou tentando nos manipular. O comportamento inadequado é uma espécie de um alarme que demonstra que a criança não está se sentindo bem. Ele esconde um sentimento e uma necessidade não atendidos.

Nosso desafio como pais conscientes é desconstruir a visão de que a criança tem más intenções e tentar compreender o que pode estar por trás do comportamento dos nossos filhos. Se conseguimos identificar a origem, sabemos onde temos que atuar. Precisamos mudar o foco para alcançar o que verdadeiramente queremos: que nossos filhos se sintam bem.

Precisamos aprender a olhar para o comportamento inadequado menos com menos julgamentos e com mais curiosidade e empatia:

- *O que será que está fazendo com que meu filho atue dessa forma?*
- *O que será que ele está sentindo?*
- *Por que será que ele precisou chegar a esse ponto?*
- *Qual necessidade será que está por trás deste comportamento?*



RESUMO - AULA 3

COMO LIDAR COM COMPORTAMENTOS DESAFIADORES DOS FILHOS?

Aqui temos um grande desafio: como entender o que pode estar por trás do comportamento dos nossos filhos se não temos repertório para isso?

Na infância, fomos crianças invisíveis, era muito mais comum sermos julgadas e rotuladas, por isso tendemos a julgar a criança.

Uma das formas de conseguirmos entender o comportamento dos nossos filhos é aprendendo sobre a natureza humana. Aqui vou apresentar algumas das **Necessidades Emocionais Básicas da Criança**, que é o tema do módulo 5 da minha **Mentoria Maternar a Criança**.

Necessidade Emocional Básica #1 Amor

O bebê nasce totalmente disponível para amar e com necessidade de se sentir amado. **Podemos amar muito nossos filhos, mas isso não garante que eles se sintam amados.**

Quando a criança não sente que é amada, ela pode se sentir insegura, incapaz de se expressar ou indefesa. Ela pode desenvolver comportamentos destrutivos ou reprimir o seu ser autêntico para se sentir aceita.

Educar com amor e respeito não é ser permissivo, nem deixar de colocar limites, mas sim saber acolher a criança e mostrar que estamos ao seu lado sempre, mesmo (principalmente) quando seu comportamento não nos agrada ou quando nos sentimos desafiados com a atitude dela.

Temos que reconhecer que é muito fácil condicionarmos o amor. Basta uma virada de olho, uma fala mais irritada, uma ameaça ou uma chantagem emocional para que a criança sinta que retiramos o amor. Quando agimos assim, a criança começa a entender que precisa estar "à altura" para ser amada, que precisa fazer o que os pais esperam ou será abandonada ou rejeitada. Ela pode se sentir ansiosa, duvidar do próprio valor e ter problemas de autoestima.

Ela pode passar a exigir muito de si mesma, porque acredita que precisa evitar erros ou comportamentos que incomodam seus pais ou cuidadores.



RESUMO - AULA 3

COMO LIDAR COM COMPORTAMENTOS DESAFIADORES DOS FILHOS?

Necessidade Emocional Básica #2 Liberdade de Expressão

As crianças precisam se sentir livres para sentir e esse é um grande desafio para os adultos. A vida dos nossos filhos seria muito mais leve se nós aceitássemos que as crianças são muito intensas na sua forma de se expressar.

Como fomos muito controlados, temos dificuldade de acessar nossas próprias emoções, geralmente nos sentimos inadequados quando sentimos algo desconfortável. Muitos de nós desenvolvemos comportamentos para escapar do sentir. Se não nos permitimos acessar nosso sentir com liberdade, como podemos aceitar que nossos filhos chorem, tenham ataques de raiva, manifestem medo ou mesmo alegria?

Parece que precisamos socorrer e resgatar nossos filhos o quanto antes daquele sentimento.

Como temos pouca resiliência, achamos que nossos filhos estão sofrendo ou que eles não serão capazes de ter essa lidar com frustrações. Uma criança que é constantemente impedida de expressar suas emoções pode ficar angustiada, agressiva, deprimida, ansiosa, ter problemas de aprendizado ou de sono, comportamento rígido e muitos outros sintomas.

Quando nossos filhos aprendem a esconder suas emoções, estão abrindo mão de sua autenticidade, de serem eles mesmos.

Com relação a sua criança, pergunte-se:

Será que ela está podendo se expressar com liberdade?

Será que está sendo validada?

Será que está se sentindo escutada e vista?

Ou será que constantemente ela está sendo impedida de se expressar emocionalmente?

Não existem sentimentos negativos, temos que aprender a integrar estes sentimentos em nós, aprender a honrar tudo o que chega até nós, acolhendo e amando também nossos momentos de vulnerabilidade e desconforto.



RESUMO - AULA 3

COMO LIDAR COM COMPORTAMENTOS DESAFIADORES DOS FILHOS?

Necessidade Emocional Básica #3 Segurança Emocional

A criança só se sente à vontade para liberar o seu mal estar ou falar sobre suas emoções se ela se sentir segura para se expressar. Se a criança duvida que pode contar com nosso apoio, ela vai se afastando de nós.

Ela pode não ser autêntica ou não nos buscar porque:

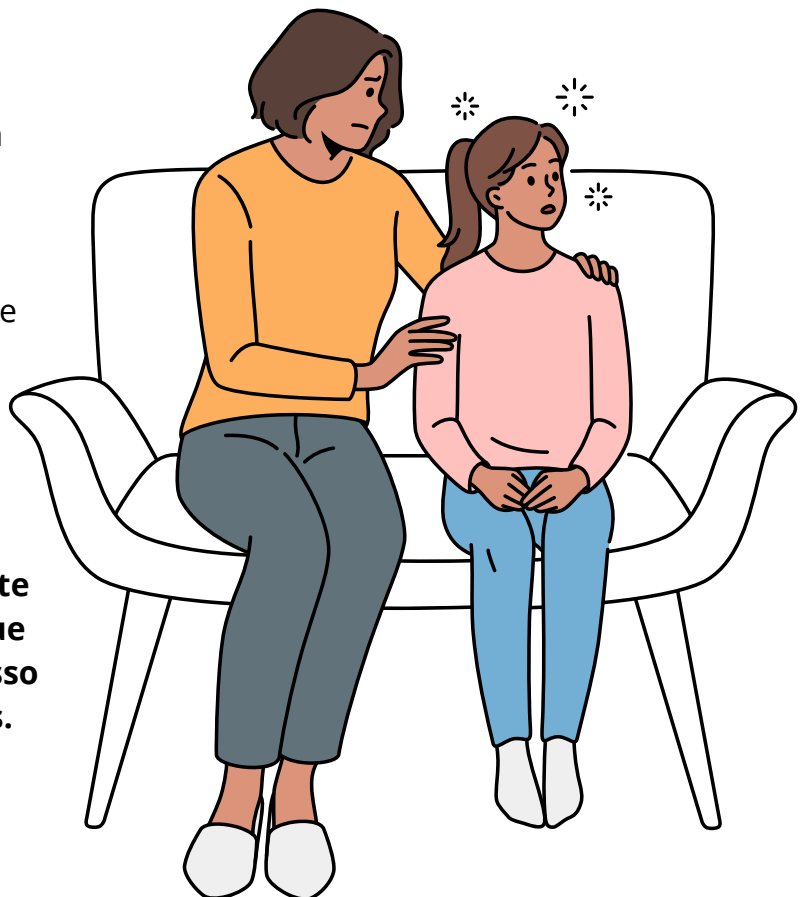
- 1) Tem medo de que a gente se irrite ou a critique.
- 2) Tem medo de ser castigada, humilhada ou repreendida.
- 3) Estamos sempre ocupados com coisas que parecem mais importantes.
- 4) Não conseguimos oferecer escuta, já respondemos com conselhos ou minimizando suas dores.
- 5) Estamos muito ocupados com nossas dores e ela não quer nos preocupar mais.

Quando a criança sente que aquilo que ela traz não é importante para nós, ela acha que ela não é importante para nós.

Também é importante as crianças terem a oportunidade de ver a nossa parte vulnerável, assim como a vulnerabilidade de outras pessoas.

Se temos uma postura transparente e honesta e permitimos que a criança conheça nossas fragilidades, ela se sente autorizada a manifestar suas dores e emoções com liberdade.

Também é fundamental que a gente aceite que ninguém é perfeito e que todos falham de vez em quando. Isso serve para nós e pros nossos filhos.



RESUMO - AULA 3

COMO LIDAR COM COMPORTAMENTOS DESAFIADORES DOS FILHOS?

A pergunta que temos fazer é: **Como está o ambiente onde esta criança está crescendo?**

O que acontece quando a criança comete um erro? Ela é acolhida, apoiada, consolada e orientada a buscar o aprendizado na experiência? Ou quando ela erra, ela é castigada, é punida ou humilhada?

Quando ela erra, dão a entender que ela não se esforçou, que fez de propósito, que tem algo de errado com ela?

Essa criança tem espaço para chorar? Ela sente que está acompanhada? Nós conseguimos oferecer uma escuta amorosa? Somos capazes de dar tempo para ela se expressar sem aquela angústia de cortar o choro o quanto antes? Ou nós invalidamos o motivo do choro, tentamos convencê-la de que ela não tem razão para tanto drama por conta do que está deixando ela mal?

Nós permitimos o choro ou tentamos distrair a criança dele?

E quando ela está com medo de algo? Ela se sente à vontade para nos contar o que está acontecendo sabendo que não será julgada nem induzida a acreditar que não tem motivo para se sentir insegura?

Como as pessoas próximas do convívio dela lidam com os próprios erros?



MATERIAL COMPLEMENTAR - AULA 3

COMO LIDAR COM COMPORTAMENTOS DESAFIADORES DOS FILHOS?

A CRIANÇA SEMPRE TEM RAZÃO - VÍDEO COM NAOMI ALDORT



Neste vídeo, a **Naomi Aldort** fala que temos que a criança sempre tem um motivo válido para agir como age. O que temos que fazer é buscar a origem do comportamento que faz com que ela utilize recursos não nobres para se comunicar ou se expressar. Em lugar de julgá-la, temos que tentar entender de que forma podemos ajudá-la.

[Clique aqui ou na imagem para ver o vídeo](#)

PODCAST TENDA MATERNA - EPISÓDIO 38 - A CRIANÇA SEMPRE TEM RAZÃO

Neste episódio da **Tenda**, eu e a Clarissa mergulhamos na mensagem deste vídeo da Naomi e trouxemos situações com nossos filhos para refletir sobre a mensagem de quem sempre a criança tem por que agir como age.



[Clique aqui ou na imagem para ouvir o podcast](#)

Naomi Aldort é autora do livro *Raising our Children, Raising Ourselves* (*Educando nossos filhos, Educando nós mesmos*, sem tradução para o português). Este livro foi a referência bibliográfica para o conteúdo das aulas sobre as necessidades emocionais básicas das crianças, do Módulo 5 da Mentoria Maternar a Criança.

ATENÇÃO!

**Ficou com alguma dúvida
sobre as aulas da semana?**

**Eu decidi fazer um encontro extra
no domingo, às 9h da manhã, pelo
Zoom, para vocês tirarem dúvidas
sobre a Série Dar Voz às
Crianças!**

**Permaneça nos grupos de
whatsapp para receber o acesso
ao link do encontro de domingo!**

Te vejo por lá!

**Clique aqui para entrar
no grupo especial**

**E não se esqueça: na segunda,
dia 26/setembro, temos um
encontro marcado às 9h da
manhã do horário de Brasília,
no meu Instagram, para falar
sobre Como Maternar
Nossa Criança Interior!**

Te vejo por lá!



Maíra Soares



**Ilustrações: Little Prince
(Deposit Photos)**

Dar Voz às Crianças com
Maíra Soares @cantomaternar