

MOSTRE QUEM MANDA!

Oito dicas ajudam os pais a exercer uma autoridade assertiva com os filhos

Sempre Família

Freepik

Sem autoridade, não há obediência. Muitas vezes queremos que os filhos nos obedeçam, mas não deixamos claro aquilo que queremos. E se não sabemos o que queremos, o jogo se inverte e os filhos acabam tomando as rédeas.

Uma verdadeira autoridade proporciona um caminho seguro aos filhos. Um caminho que os ajuda a amadurecer e que é bem diferente do autoritarismo, quando se trata apenas de impor-se sem se importar com o bem do outro. Para exercer uma autoridade justa e assertiva com seus filhos, confira essas oito dicas do site colombiano La Familia:

1. Dê normas claras, diretas e pontuais

É preciso falar as coisas em uma linguagem adequada à idade de cada filho, estabelecendo claramente aquilo que você deseja e verificando se foi compreendido. Assim, seus filhos saberão o que devem fazer.

2. Não dê muitas normas ao mesmo tempo

Muitas vezes parece que os pais estão recitando um poema de tantas exigências que fazem em uma só frase. A capacidade das crianças, sobretudo das menores, não dá conta de digerir tudo - alguma coisa vai escapar. Foque naquilo que é essencial.

3. Estabeleça limites

Deixe claro quais são os ho-



rários de estudo, os de entretenimento e os de descanso. Por exemplo: terminadas as tarefas da escola, dê duas horas para brincarem ao ar livre. Terminado esse tempo, encerra-se a brincadeira. No caso dos adolescentes, é importante estabelecer um horário de chegada em casa e exigir o seu cumprimento.

4. Use o tom de voz certo

Nem um tom de quem parece estar pedindo um favor ou

implorando, nem gritos e surtos violentos. Adote um tom que denote segurança, firmeza e confiança.

5. Faça contato visual

Sempre que você se dirigir ao seu filho, olhe-o nos olhos e adapte-se à sua estatura - agache-se se se tratar de uma criança pequena. Assim você fortalece a conexão com seu filho e aquilo que você disser terá mais valor.

6. Seja coerente

Os seus filhos estão observando você o tempo todo. Não espere que eles lhe obedeçam se você cair em contradição com aquilo que você está pedindo.

7. Cumpra as consequências que você estabeleceu

Se você disse ao seu filho que iria tomar o celular dele por uma semana se ele fizesse algo que você pediu para não fazer, não volte atrás: mantenha a sua posição e cumpra o que você

disse mesmo que ele esperneie. Se você ceder, seu filho saberá que basta chorar um pouco e tudo estará resolvido.

8. Nunca deixe de ser carinhoso

Uma autoridade firme não se opõe à ternura que deve haver entre pais e filhos. Nunca passe ao seu filho a impressão de ser alguém distante, frio e indiferente. Tanto o autoritarismo quanto a permissividade podem passar essa impressão."

CARNAVAL DE OFERTAS MALUCELLI

SIKA I BALDE 18LTS 69,00	PISO CERÂMICO CERAL 31X56 RETIFICADO BRANCO B A PARTIR 12,79 m ²	PORTA ALUMÍNIO AJR C/POSTIGO 80X210 399,00 PC
PORTA EXTERNA NEPAZI C/SELADOR REF20 287,00 PC	PORCELANATO POLIDO 60X60 AVÓRIO C A PARTIR 33,90 m ²	FORRO PVC BRANCO BELKA 200X6MM 9,90 m ²
CIMENTO CAUÊ CPII F 52 19,90	CUBA VIDRO RETANGULAR BERGAN 148,00 PC	ARMÁRIO KARSTEN 060 265,00 PC
CUBA VIDRO REDONDA BERGAN 35CM 108,00 PC	FIO FLEXÍVEL ZATFLEX 10mm 396,00 RL	

COBRIMOS QUALQUER OFERTA

ACEITAMOS CARRO E MOTO COMO FORMA DE PAGAMENTO

10X SEM JUROS NOS CARTÕES

ESTACIONAMENTO GRÁTIS

Loja S.J. dos Pinhais
3382-2244
malucellisj@malucelli.com

www.malucelli.com

Loja Paranaguá
3423-6463
malucellipgua@malucelli.com

ATAS E EDITAIS publicidadelegal@tribunadoparana.com.br

COMUNICADO

A TELEMAR NORTE LESTE S.A., Oi S.A. e Oi MÓVEL S.A. veem a público informar que, a partir do dia 25/02/2020, as chamadas que envolvam a rede da ENGEVOX TELECOMUNICAÇÕES LTDA., estão temporariamente suspensas por motivos de ordem regulatória e serão estabelecidas tão logo sejam dirimidos os problemas identificados.

Guilherme Maia Borio solicita o comparecimento do seu funcionário Marlene Pinto Schmidt em seu local de trabalho situado na Rua João Batista Dallarmi, 536 - casa 14 - Bairro Santo Inácio - Curitiba - Paraná, impreterivelmente no prazo de 48 horas, para tratar de assuntos de seu interesse.

AVISO DE MUTIRÃO DE ESPECIALIDADES



Consórcio Metropolitano de Saúde do Paraná - COMESP vem, através do presente, informar aos prestadores de serviços de saúde que a Prefeitura do município de Pinhais irá realizar MUTIRÃO DE ESPECIALIDADES MÉDICAS. **RECEBIMENTO DAS INTENÇÕES DE PARTICIPAÇÃO:**

Os interessados poderão manifestar interesse até **28/02/2020**, exclusivamente via e-mail licitacao@comespsaude.com.br. Maiores informações a respeito do evento poderão ser obtidas no site do COMESP www.comespsaude.com.br onde também poderá ser obtida cópia do edital de referência nº 001/2020.

Quaisquer dúvidas oriundas do presente aviso poderão ser dirimidas pelo telefone (41) 3154-5010, nos dias úteis das 09h00 às 12h00 e das 13h00 às 17h00 ou através do e-mail: licitacao@comespsaude.com.br

POLYANA RODRIGUES PEDRO
PRESIDENTE CPL DO COMESP



Anuncie
suas
atas e
editais
aqui,
ligue:

(41) 3321-8531

publicidadelegal@tribunadoparana.com.br

TRIBUNA