

# Promovendo um Comportamento Positivo

Ninguém gosta de resmungar, gritar e punir, sejam os adultos que o fazem ou as crianças a quem se dirige este tratamento. Eis aqui algumas maneiras para encorajar o tipo de comportamento que pode fazer com que o dia transcorra mais suavemente para todos.

## Organize para evitar problemas

- Organize o ambiente para favorecer nas crianças o comportamento correto. Por exemplo, instale ganchos para pendurar casacos e prateleiras para guardar brinquedos em locais que as crianças possam alcançar; retire itens frágeis do recinto.
- Providencie uma quantidade adequada de suprimentos e materiais para todos.
- Supervise cuidadosamente, seja observador e aja para mudar a situação *antes* que o comportamento saia do controle.

## Mantenha uma rotina

- Estabeleça alguma estrutura e rotinas ao longo do dia.
- Prepare as crianças para as atividades vindouras. “Depois que houvermos guardado os brinquedos, vestiremos nossos casacos e iremos lá fora brincar.”
- Certifique-se de que as crianças recebam guloseimas e refeições nutritivas.
- Evite TV em excesso ou quaisquer períodos longos de inatividade.

## Decida o que é negociável e o que não é

- Defina limites simples, firmes e claros que se apliquem a todos.
- Uma vez que houver definido os limites, faça com que sejam respeitados.
- Dentro dos limites que você houver definido, permita que as crianças façam escolhas que sejam apropriadas para a situação e para as suas idades.

## Mantenha a sua linguagem positiva

- Mostre às crianças como é que você deseja que elas se comportem oferecendo a elas um bom exemplo.
- Diga a elas *o que fazer ao invés de dizer o que não fazer*: “Utilize a sua voz baixa no lar.” Evite o uso excessivo de palavras tais como “não”, “não faça isso” e “pare”.
- Mostre às crianças que você gosta de estar com elas: sorria, olhe nos olhos, chame-as frequentemente por seus nomes e use palavras de encorajamento e abraços.
- Use a sua voz como uma ferramenta de ensino. Fale devagar, calmamente, de maneira distinta e direta.
- Faça com que as crianças percebam que você nota quando gosta do comportamento delas. Um comentário positivo faz muito efeito!

## Preste atenção aos sentimentos

- Ouça com atenção para detectar os sentimentos que estão por detrás das palavras e ações das crianças e reflita estes sentimentos: “Tenho a impressão de que você está sentindo...”
- Lembre-se que, tal qual os adultos, as crianças às vezes têm um dia ruim e isso não deveria ser um problema.

## Examine a sua atitude

- Saiba qual comportamento é típico para as diferentes idades. Deixe-se guiar por isso na medida em que decide o que é razoável esperar de uma específica criança.
- Escolha atividades que *você* aprecie e faça-as com as crianças. O entusiasmo é contagioso.
- Esteja alerta para o seu próprio nível de estresse e cuide de você mesmo.

*Esta folha de informações foi adaptada de material desenvolvido por Janice MacAulay, Jane Fox e Cindy Helman para o Treinamento de Assistentes Profissionais, um programa de treinamento colaborativo do Grupo de Serviços de Recursos Familiares e Agências de Assistência Infantil Doméstica de Ottawa-Carleton.*

# Promoting Positive Behaviour

No one likes nagging, yelling and punishing, neither adults who do it nor children who are on the receiving end. Here are a few ways to encourage the kind of behaviour that can make the day go more smoothly for everyone.

## Organize to prevent problems

- Organize the environment to make it easy for children to do the right thing. For example, install coat hooks and toy storage shelves where children can reach them; put away breakables.
- Provide enough appropriate supplies and materials for everyone.
- Supervise carefully, be observant and act to change the situation *before* behaviour gets out of control.

## Keep a routine

- Establish some structure and routines throughout the day.
- Prepare children for upcoming activities. “After the toys are put away, we’ll put on our jackets and go outside to play.”
- Make sure that children have nutritious snacks and meals.
- Avoid too much TV or any long periods of inactivity.

## Decide what’s negotiable and what’s not

- Set simple, firm, clear limits which apply to everyone.
- Once you’ve set the limits, stick to them.
- Within the limits you set, allow children to make choices that are appropriate to the situation and to their ages.

## Keep your language positive

- Show children how you want them to behave by setting a good example.
- Say what *to do* instead of what *not to do*: “Use your quiet voice in the house.” Avoid overuse of words such as “no”, “don’t” and “stop”.
- Show children that you like being with them: smile, make eye contact, call them frequently by their name and use words of encouragement and hugs.
- Use your voice as a teaching tool. Speak slowly, calmly, distinctly and directly.
- Let children know you notice when you like their behaviour. A little positive feedback goes a long way!

## Pay attention to feelings

- Listen for the feelings behind children’s words and actions and reflect them back: “It sounds like you’re feeling ....”
- Remember that, just like adults, children sometimes have a bad day and that is okay.

## Examine your attitude

- Know what behaviour is typical for different ages. Let this guide you as you decide what you can reasonably expect from a particular child.
- Choose activities that *you* enjoy and do these with children. Enthusiasm is contagious.
- Be aware of your own stress level and take care of yourself.

*This resource sheet was adapted from material developed by Janice MacAulay, Jane Fox and Cindy Helman for Caregiver Training, a collaborative training program of the Family Resource Services Group and Home Child Care Agencies of Ottawa-Carleton.*