

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.

Favoriser un comportement positif

Personne n'aime répéter des demandes, crier ou punir. Ni les adultes qui le font, ni les enfants qui le subissent. Voici quelques façons d'encourager le genre de comportement qui rendra la vie plus agréable à tout le monde.

S'organiser pour éviter des problèmes

- Organisez votre environnement afin de rendre le comportement désiré facile à accomplir pour les enfants. Par exemple, installez des crochets pour les manteaux et des tablettes pour les jouets à une hauteur qui convient aux enfants; rangez les objets fragiles.
- Prévoyez assez de matériaux et de fournitures pour tout le monde.
- Surveillez les enfants de près. Soyez vigilant et intervenez pour modifier une situation *avant que* le comportement ne soit hors contrôle.

Maintenir une routine

- Établissez une routine et donnez une certaine structure à la journée.
- Préparez les enfants pour les activités qui vont suivre. « Quand les jouets seront rangés, nous mettrons nos vestons et nous sortirons pour jouer. »
- Servez des goûters et des repas nutritifs.
- Évitez trop d'heures devant la télévision, ainsi que de longues périodes d'inactivité.

Décider ce qui est négociable et ce qui ne l'est pas

- Énoncez des limites simples, fermes et claires qui s'appliquent à tout le monde.
- Une fois les limites établies, maintenez-les. À l'intérieur des limites que vous fixez, laissez les enfants faire des choix qui conviennent à la situation et à leur âge.

Utiliser un langage positif et encourageant

- Montrez aux enfants le comportement que vous préférez; donnez-leur le bon exemple.
- Dites-leur ce qu'il faut faire, plutôt que ce qu'il ne faut *pas* faire. « Dans la maison on se sert d'une voix douce. » Évitez l'usage trop fréquent de mots comme « non », « ne fais pas ça » et « arrête ».
- Faites de votre voix un outil d'enseignement. Parlez lentement, calmement, clairement et directement.
- Montrez aux enfants que vous aimez leur compagnie : souriez, gardez le contact visuel, appelez-les par leur nom et servez-vous de caresses et de mots d'encouragement.
- Laissez savoir aux enfants que vous le remarquez quand leur comportement vous plaît. Quelques commentaires positifs vont loin!

Prêter attention aux sentiments

- Soyez à l'écoute des sentiments derrière les mots et les actions des enfants et reflétez-les : « Il semblerait que tu te sens ... »
- Souvenez-vous que, tout comme les adultes, les enfants ont parfois une mauvaise journée et que c'est correct.

Examiner votre attitude

- Apprenez les comportements typiques de différents âges. Laissez-vous guider par ces connaissances quand vous décidez quelles attentes sont raisonnables vis-à-vis du comportement de chaque enfant.
- Choisissez des activités que *vous* aimez faire et faites-les avec les enfants. Votre enthousiasme sera contagieux.
- Prenez conscience de votre propre niveau de stress et prenez soin de vous-même.

Ce feuillet-ressource est adapté d'un document élaboré par Janice MacAulay, Jane Fox et Cindy Helman pour le programme de formation l'Enfant au cœur de nos actions, dans le cadre d'un partenariat entre le Family Resource Services Group et les Agences de garde en milieu familial d'Ottawa-Carleton.