



Fomentar as competências –  
Proteger as crianças



## Informações para os pais

Um projeto para promover as competências sociais de crianças

Portugiesisch/portugais/portoghese

# Índice

Exigências fundamentadas – e não punições físicas	4
Questionar o comportamento – não desvalorizar a pessoa	6
Criar uma relação – não negar afetos	8
Regras claras – sem intimidações	10
Os limites devem ser respeitados – não menosprezados	12
Respeitar as necessidades das crianças – não ignorá-las	14
Satisfazer as necessidades básicas – não negligenciá-las	16
Respeitar o rendimento de uma criança – não criar pressão para o melhorar	18
Estimular a aprendizagem – não consumir meios de comunicação ilimitadamente	20
Interação parental cautelosa – sem violência entre pares	22

Esta brochura está disponível em 13 idiomas. A brochura pode ser encomendada ou descarregada em formato PDF em: [www.comp-act.ch](http://www.comp-act.ch)

CompAct é uma oferta da instituição sem fins lucrativos Kinderschutz Schweiz (Comissão de Proteção de Crianças da Suíça). Enquanto centro especializado na Suíça, esta instituição está empenhada em conseguir que todas as crianças possam crescer num ambiente de proteção e dignidade sem violência, fazer respeitar os seus direitos e proteger a sua integridade.

Ilustrações: Marianne Kauer, Kinderschutz Schweiz

# Fomentar as competências – proteger as crianças

O maior desejo de todos os pais é um futuro promissor para os seus filhos. Este desejo inclui normalmente o desenvolvimento das suas capacidades pessoais e a convivência harmoniosa com outras pessoas. Os pais contribuem diariamente para a fomentação das competências sociais da criança e fazem, por isso, parte da concretização destes objetivos. Demonstrando carinho pela criança, detetando as suas necessidades e tendo a devida consideração no seu quotidiano – mas definindo também os limites necessários – os pais têm uma influência positiva no seu desenvolvimento.

No quotidiano, por vezes agitado, com crianças pequenas nem sempre é fácil dedicar-se adequadamente à criança ou manter a cabeça fria. Nas páginas seguintes serão debatidas estas difíceis questões e será sugerida e incentivada

a escolha de um caminho não violento e favorável à criança para resolver situações desafiantes. A Suíça assinou a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança, reconhecendo assim à criança, entre outros, o direito de desenvolver a sua personalidade, bem como o direito de crescer num ambiente não violento. A violência não significa apenas violência física, mas também a violência psicológica, tais como humilhações, intimidações, linguagem abusiva ou a negligência de uma criança e das suas necessidades.

Nenhuma situação de conflito com crianças decorre da mesma maneira e não existe apenas uma estratégia adequada para resolver os conflitos e outros desafios de forma positiva. Contudo, a violência nunca é uma solução. Isto porque, devido às repetidas violações da integridade física ou rejeições, as crianças não são capazes de desenvolver personalidades fortes e autónomas, com as quais podem enfrentar a vida com sucesso, tal como os pais lhes desejam.

**A Suíça assinou a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança, reconhecendo assim à criança o direito de desenvolver a sua personalidade, bem como o direito de crescer num ambiente não violento.**

# Exigências fundamentadas – e não punições físicas

**As crianças também adquirem os comportamentos que observam noutras pessoas. Isto aplica-se tanto nos comportamentos cuidadosos como nos comportamentos violentos. A resolução dos conflitos sem recorrer à violência, optando em vez disso pela explicação compreensível de uma exigência e das consequências do seu comportamento, tem assim um efeito mais próximo do desejado pelos pais.**

Por vezes, as crianças podem esgotar a paciência dos pais. Um tubo de pasta dos dentes espremido, um rolo de papel higiénico desenrolado, uma criança teimosa que desafia frequentemente as ordens. Tudo isto pode, por vezes, ser difícil de suportar. Contudo: punições físicas, tais como bater, sacudir, esbofetear ou puxar os cabelos vão contra os direitos das crianças e não

são instrumentos educativos eficazes a longo prazo. Por medo de mais violência, é possível que a criança reprima o comportamento indesejável. No entanto não aprende o motivo de esse comportamento ser perturbador nem o que poderia fazer de diferente. Além disso, a violência gera violência, pois a criança aprende através da observação do comportamento dos outros. Quando as crianças descobrem que a punição física ou outras manifestações de violência são aceitáveis e que funcionam como um meio para resolver conflitos, no futuro é muito provável que se comportem igualmente de forma agressiva: quer em relação a outras pessoas quer em relação a si mesmas.

Por outro lado, o resultado é diferente quando os pais explicam à criança num tom respeitoso o porquê de não aceitarem o seu comportamento e o

que esperam dela em vez disso. Quando as crianças entendem a razão de uma exigência e aprendem a prever as consequências do seu próprio comportamento, com o tempo, elas irão cumprir as regras da convivência por iniciativa própria. O processo de aprendizagem da criança é reforçado caso esta seja incluída no processo de eliminação das consequências das suas ações. Além disso, as crianças aprendem com as repetições. Elas devem ter as mesmas regras e consequências repetidamente e em diferentes situações, e aprender que existe sempre um caminho diferente do da violência para resolver um problema. Para lidar com conflitos é necessário muita paciência, contudo a longo prazo vale a pena o esforço.



**Quando as crianças entendem a razão de uma exigência e aprendem a prever as consequências do seu próprio comportamento, com o tempo, elas irão cumprir as regras da convivência por iniciativa própria.**

# Questionar o comportamento – não desvalorizar a pessoa

**A maneira como uma criança se vê a ela própria depende do que ela ouve dizer sobre si. Se uma criança sentir que a sua opinião conta, que as suas necessidades são tidas em consideração e que é valorizada, ela é capaz de criar uma imagem positiva sobre si mesma. No entanto, se sofrer recorrentemente humilhações, a sua autoimagem é denegrida.**

As crianças gostam de fazer muitas coisas para as quais possivelmente as suas capacidades ainda não são suficientes. É desta forma que elas se desenvolvem continuamente e que, de uma criança pequena a gatinhar se desenvolve uma criança em idade escolar que corre, escala, salta e anda de bicicleta. Para além dos êxitos, isto resulta também em fracassos, contratempos e por vezes em momentos

frustrantes, tanto para a criança como para os pais. Nestas situações, se uma criança for frequentemente rotulada de «idiota», «incompetente» ou «irritante», a sua autoimagem é afetada e a criança começa a desvalorizar-se e a perder confiança. Pois tudo o que uma criança ouve sobre si influencia a sua perceção de si mesma.

Devido a estas humilhações, algumas crianças ficam assustadas, mais retraídas e ganham problemas físicos. Outras desenvolvem uma hostilidade e ficam agressivas. Desta forma cria-se um ciclo vicioso de comportamentos indesejáveis por parte da criança e de fúria, frustração e linguagem abusiva por parte do encarregado de educação. Uma criança nunca deve ser rebaixada como pessoa («És uma criança desajeitada!»). Em vez disso, o seu comportamento deve ser abordado de maneira

respeitosa. Quando uma criança não ouve apenas sobre o que está mal, mas também sobre o que é esperado dela, isso irá ajudá-la a orientar-se e a alterar o seu comportamento («Eu gostava que tu ficasses sentado à mesa tranquilamente, para não deitares nada para o chão.»). Contudo, a idade da criança deve ser sempre considerada. Isto porque, p.ex., ainda não se pode esperar de uma criança pequena que fique sentada à mesa tranquilamente durante um longo período de tempo.

Uma boa autoestima é um início importante que os pais podem proporcionar a uma criança no seu percurso de vida. As crianças com uma autoconfiança positiva têm mais sucesso ao enfrentarem corajosamente os desafios ou a não desistirem em caso de fracassos ou desilusões, vivendo assim a vida de uma forma mais positiva.



**Uma boa autoestima é um início importante que os pais podem proporcionar a uma criança no seu percurso de vida.**

# Criar uma relação – não negar afetos

**As crianças necessitam, mais do que tudo, de se sentirem compreendidas e amadas. Isto é válido também nos momentos em que a criança faz alguma coisa que desrespeita ou aborrece os pais. Pois apenas as crianças que se sentem incondicionalmente amadas são capazes de construir relações afetuosas e de confiança com outras pessoas.**

Alguns pais ignoram conscientemente o seu filho como forma de castigo. Por exemplo, não falam com ele durante algum tempo ou ignoram-no deliberadamente. Para as crianças estas negações de afeto são muito mais graves do que os pais imaginam.

As crianças que experienciam recorrentemente a rejeição aprendem que não serão amadas incondicionalmente.

Elas criam a ideia de que serão amadas não como pessoa, mas apenas pelo seu bom comportamento. As crianças podem deparar-se com um enorme stress se pensarem que têm de trabalhar para receber afeto e proteção. Crianças frequentemente castigadas com a rejeição de afeto sentem-se desprotegidas pelos seus encarregados de educação, têm dificuldade em afirmar-se, em confiar noutras pessoas e em criar relações afetuosas.

As crianças, tal como os adultos, deveriam ter sempre a oportunidade de aprender com as situações de conflito. Por essa razão é importante manter sempre uma relação e um diálogo aberto com a criança, independentemente do que ela tenha feito. Explicar-lhe calmamente o motivo por que o caminho escolhido não foi o mais adequado ou aceitável e demonstrar-

-lhe o que pode ser feito de diferente na próxima vez, irá ajudá-la a, no futuro, optar por um outro comportamento por convicção pessoal e não pelo sentimento de medo.

Uma criança, a quem é prestada atenção de forma plenamente consciente e a quem é demonstrado afeto, é capaz de criar confiança nas relações e em si mesma. Tal como os atos depreciativos, também estas mensagens positivas serão interiorizadas pela criança e conduzem à autoconfiança e, consequentemente, ao desenvolvimento de capacidades de relacionamento.





**Apenas as crianças que se sentem incondicionalmente amadas são capazes de construir relações afetuosas e de confiança com outras pessoas.**

# Regras claras – sem intimidações

**Em todas as famílias existem valores e regras, nos quais se orienta a convivência. Quando as crianças não respeitam estes princípios, criam-se frequentemente conflitos, durante os quais por vezes são proferidas duras ameaças. As crianças conseguem aceitar melhor as regras que foram clara e antecipadamente anunciadas e fundadas, mas também as regras em cuja elaboração elas puderam participar. A rápida imposição de exigências sob a ameaça de punições severas resulta mais facilmente em conflitos de poder e não proporciona qualquer solução eficaz do conflito.**

Os principais desafios na relação são aqueles momentos em que as crianças não respeitam as regras familiares ou que, simplesmente, não fazem aquilo

que os pais esperam. Muitas vezes, as exigências estão associadas a um prazo estabelecido, de maneira que o quotidiano possa decorrer sem problemas. Se a criança não obedece imediatamente, sucedem ameaças. Não são poucas as vezes em que estes cenários resultam em conflitos de poder entre os pais e a criança e desencadeiam sensações desconfortáveis. Além disso, as crianças apercebem-se rapidamente quando as ameaças não podem ser aplicadas e, por isso, deixam-se impressionar cada vez menos por elas.

Os limites e as regras são importantes para as crianças, pois estas proporcionam-lhes uma segurança comportamental. É muito mais simples conseguir que as crianças cumpram as ordens definidas, quando estas são aplicadas repetitivamente («Uma vez por semana os quartos devem ser arrumados.»),

quando é prestada atenção ao seu cumprimento e quando estas são comunicadas de forma compreensível. Além disso, as crianças sentem menos dificuldades em cumprir as exigências se tiverem uma participação no momento em que estas são estabelecidas e no modo de aplicação («Amanhã tenho de aspirar o pó. O que poderias arrumar tu? Hoje à noite tenho tempo para te ajudar.»). Desta forma, elas também se sentem responsáveis pela solução do problema e podem perceber melhor que se trata de equilibrar as diferentes necessidades, e não simplesmente de dar uma ordem («Agora vais imediatamente arrumar o teu quarto!»). Por vezes, as crianças comportam-se de forma relutante simplesmente porque não sabem enfrentar algum problema. Por isso, seria útil acompanhar as crianças de forma gradual e afetuosa na realização de uma tarefa.



**Os limites e as regras são importantes para as crianças, pois estas proporcionam-lhes uma segurança comportamental.**

# Os limites devem ser respeitados – não menosprezados

**As crianças que têm a possibilidade de aprender a diferenciar contactos considerados bons, maus ou estranhos, têm mais condições de se protegerem contra agressões (sexuais). Por essa razão é importante que os adultos ajudem as crianças a identificar os limites do seu corpo, bem como a protegê-los.**

Nem sempre os adultos cumprimentam todos os conhecidos com um beijo ou um abraço. Isto porque nem sempre a situação social é adequada para tal. Por vezes, os adultos também não querem ter qualquer contacto físico, porque simplesmente aquela pessoa não lhes é tão próxima. Com as crianças passa-se exatamente o mesmo. Precisamente em situações de cumprimentos as crianças são frequentemente agarradas, beijadas, abraçadas ou levanta-

das, sem que os seus sinais verbais e não-verbais sejam observados. No entanto, as crianças também têm o direito de controlarem o seu corpo e rejeitarem contactos que considerem excessivos.

O exemplo dos cumprimentos destaca a importância de falar com a criança sobre quais os contactos que consideram confortáveis e quais os desconfortáveis. Isto irá ajudá-la a identificar os limites do seu próprio corpo e a tomar uma posição em relação a esse assunto. Também pode ser discutido de que forma a criança prefere ser cumprimentada. A decisão poderá tornar-se mais fácil se lhe forem enumeradas as possibilidades: pode ser um beijo na bochecha, um longo abraço ou um aperto breve, mas também é possível que o cumprimento se realize com um aperto de mão ou com um simples

aceno. Desta forma uma criança é capaz de se comportar adequadamente no contexto social e, ao mesmo tempo, escolher a forma de cumprimento mais apropriada para si.

Para que consiga impor os seus limites, a criança depende do apoio dos pais. Se a criança for pressionada por outras pessoas a ter contactos indesejáveis ou um tipo de cumprimento desconfortável, os pais podem tomar uma posição em substituição da criança ou juntamente com a mesma. Os pais que ajudam assim os seus filhos a tomar consciência dos limites do seu corpo, a salvaguardá-los e, quando necessário, a defendê-los, prestam um importante contributo na proteção das crianças contra agressões (sexuais).



**Falar com a criança sobre quais os contactos que consideram confortáveis e quais os desconfortáveis é muito importante. Isto irá ajudá-la a identificar os limites do seu próprio corpo e a tomar uma posição em relação a esse assunto.**

# Respeitar as necessidades das crianças – não ignorá-las

**A experiência da autonomia é um passo importante para o desenvolvimento infantil, pois desta forma uma criança aprende a assumir responsabilidade pelo seu comportamento. Contudo, se as necessidades de uma criança forem constantemente ignoradas, ela irá adaptar-se sem que a sua personalidade seja estimulada e reforçada com todas as suas capacidades. A satisfação das necessidades das crianças dentro de um espaço de tempo adequado é por isso extremamente importante.**

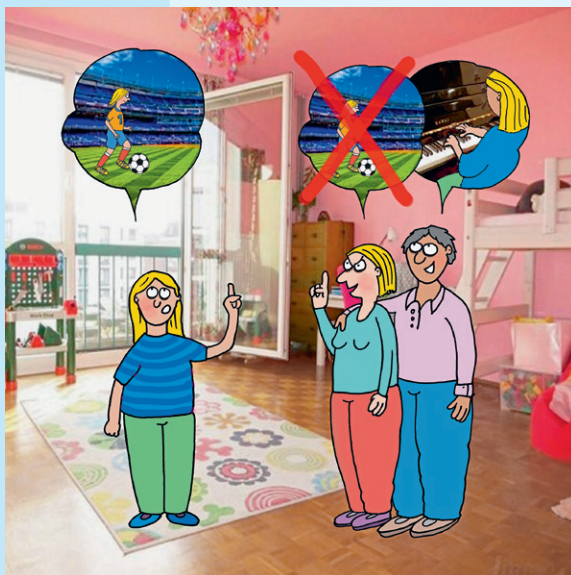
Tal como os adultos, também as crianças têm diferentes interesses e diferentes necessidades. Como, por exemplo, a necessidade de paz e tranquilidade. Algumas crianças gostam de brincar sozinhas durante um longo período de tempo, outras preferem mais ação e

atividade. No entanto, as diferenças notam-se também noutros gostos. Algumas crianças gostam de praticar desporto, outras preferem tocar um instrumento musical ou fazer trabalhos manuais.

Normalmente os pais esforçam-se por fomentar as competências especiais dos seus filhos. Porém, por vezes estes têm dificuldades em aceitar as necessidades dos mesmos. Por exemplo, o desejo parental de que o seu filho tímido aprenda a brincar com outras crianças é compreensível. Mas se uma criança for frequentemente persuadida a integrar-se num grupo com outras crianças, mesmo que esse não seja o seu desejo, isso pode ser um grande impeditivo para o seu desenvolvimento. O mesmo se aplica à negligência de outros interesses, que podem não corresponder necessariamente aos dos pais. Se os

interesses das crianças forem frequentemente ignorados, a criança aprende que as suas necessidades não são importantes e que algo só é aceitável se corresponder às expectativas de outros. Quanto mais a criança se conformar em satisfazer necessidades invulgares e com as quais não está familiarizada, mais ela se sentirá diferente. Desta forma também não consegue aprender a tomar as suas próprias decisões e assumir responsabilidade pelas mesmas.

Dar importância a uma criança não significa não exigir novas experiências ou não esperar uma certa dedicação e persistência quando ela toma uma decisão. E também não significa satisfazer todos os seus desejos. Fundamentalmente significa perceber e respeitar a personalidade da criança com todas as suas necessidades.



**A experiência da autonomia é um passo importante para o desenvolvimento infantil, pois desta forma uma criança aprende a assumir responsabilidade pelo seu comportamento.**

# Satisfazer as necessidades básicas – não negligenciá-las

**Para criar uma relação sólida e de confiança entre os pais e as crianças é necessário partilhar tempo juntos. Isto porque a necessidade básica das crianças de amor e atenção parental apenas pode ser satisfeita através do intercâmbio ativo e participação afetuosa dos pais nos interesses e atividades das crianças. Os doces e os presentes não conseguem substituir este precioso tempo de inter-relação.**

O dia-a-dia familiar pode ser frequentemente frenético e muitos pais conseguem dominar o duplo encargo entre o trabalho e a família. No entanto, as necessidades de todos os membros da família podem sair facilmente prejudicadas. Muitos pais são afetados por esta situação e alguns tentam compensar o tempo em falta com a criança com

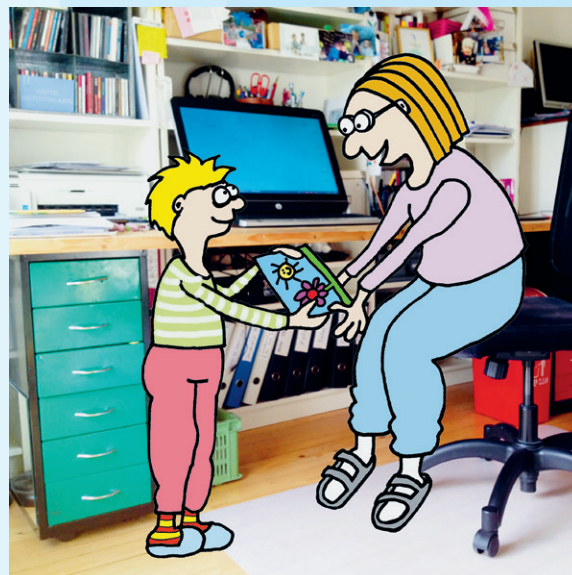
doces e brinquedos, de modo a torná-la feliz por um curto período. Os presentes podem certamente ser uma prova de amor, no entanto não são suficientes para satisfazer as necessidades básicas de uma criança em relação ao amor e carinho.

É perfeitamente normal quando os pais reservam mais tempo para si ou para o seu trabalho, à medida que a autonomia da criança vai crescendo. Contudo: mesmo as crianças em idade de infantário ou escolar necessitam ainda de muito afeto por parte dos seus pais, apesar da sua crescente autonomia. Isto é conseguido, por exemplo, quando os pais prestam toda a atenção às crianças e se demonstram interessados pelas suas atividades e pelo seu bem-estar. Além disso, a maioria das crianças aprecia o contacto físico e gostam de ser pegadas ao colo ou abra-

çadas. As atividades conjuntas também transmitem um carinho paternal às crianças.

As crianças que têm uma forte ligação com os seus pais, ou outras pessoas próximas de confiança, sentem-se seguras, protegidas e confiam em si mesmas e no meio ambiente em que estão inseridas. Isto é uma condição prévia para descobrir corajosamente o mundo e enfrentar e superar frequentemente os novos desafios.





**As crianças que têm uma forte ligação com os seus pais, ou outras pessoas próximas de confiança, sentem-se seguras, protegidas e confiam em si mesmas e no meio ambiente em que estão inseridas.**

# Respeitar o rendimento de uma criança – não criar pressão para o melhorar

**Por natureza, as crianças são curiosas e têm motivação para aprender. No entanto, para uma aprendizagem bem-sucedida os requisitos de rendimento devem ser razoáveis. Uma pressão escolar demasiado grande e expectativas parentais demasiado elevadas podem resultar em bloqueios na aprendizagem, perda de motivação e falhas no rendimento. Por isso é importante respeitar a capacidade de rendimento individual da criança e estar atento aos sinais de sobrecarga.**

Os pais desejam que o seu filho tire o máximo proveito do seu potencial de desempenho. O desejo de que a criança consiga uma formação escolar que lhe abra muitas oportunidades profissionais, é compreensível. E também é importante e apropriado que os pais se

interessem pelos assuntos escolares do seu filho e que lhe transmitam que o seu sucesso escolar não lhes é indiferente.

Os pais que têm sempre expectativas positivas em relação ao desempenho dos seus filhos, fomentam a confiança dos seus filhos na sua própria capacidade, promovendo assim o seu rendimento. As expectativas dos pais devem, no entanto, ser acessíveis para a criança. Uma criança pressionada pelas expectativas parentais irrealistas perde a confiança nas suas capacidades e a motivação para aprender. Cria-se um ciclo vicioso de pressão, medo e insucesso escolar, prejudicando a autoestima da criança. Este processo negativo é agravado caso os pais castiguem os seus filhos pelo desempenho escolar que consideram mau ou insuficiente.

Além disso, as crianças têm a possibilidade de desenvolver o seu potencial se a sua curiosidade natural for fomentada e estimulada, mas se ao mesmo tempo lhes forem impostas exigências alcançáveis. Porém, as crianças não aprendem apenas na escola. Também nos tempos livres de brincadeira têm muitas experiências de aprendizagem importantes. Por isso é crucial que as crianças tenham um tempo de lazer livremente definível, no qual, para além de todas as pressões para melhorar o desempenho, descubram o mundo com todas as suas facetas e recuperem as forças de que necessitam para se sentirem prontas para novos desafios.



**Além disso, as crianças têm a possibilidade de desenvolver o seu potencial se a sua curiosidade natural for fomentada e estimulada, mas se ao mesmo tempo lhes forem impostas exigências alcançáveis.**

# Estimular a aprendizagem – não consumir meios de comunicação ilimitadamente

**É natural que os meios digitais façam hoje parte do nosso quotidiano. Contudo, estes não devem ser utilizados de forma ilimitada, em especial pelas crianças pequenas na idade da pré-primária e primária. A razão prende-se pelo facto de as crianças aprenderem, sobretudo, através da comunicação direta e das próprias experiências sensoriais. Um consumo excessivo de televisão dificulta estas experiências de aprendizagem, afetando assim negativamente o desenvolvimento social e intelectual das crianças.**

Os pais são um modelo importante, mesmo quando se trata do consumo dos meios de comunicação. Se os próprios pais passam muito tempo em frente ao ecrã, os seus filhos irão imitá-los. Mesmo que os pais consumam

os meios de comunicação digitais de forma regrada, os aparelhos são irresistivelmente atrativos para muitas crianças. E quem nunca utilizou esta força de atração magnética de um ecrã para conseguir fazer um telefonema urgente tranquilamente?

No entanto, um consumo não vigiado e ilimitado dos meios de comunicação eletrónicos não é aconselhável para as crianças por diversas razões. Se as crianças passarem demasiado tempo à frente do ecrã, smartphone ou tablet, o seu desenvolvimento intelectual, linguístico e físico é prejudicado. As crianças devem experienciar o mundo em todos os seus sentidos, de modo a conseguirem uma aprendizagem duradoura. Isso inclui brincar com os pais ou com outras crianças, ler histórias em conjunto, fazer trabalhos manuais e pintar ou passear pela natureza.

Em relação ao consumo regrado de filmes apropriados para crianças, aplicações lúdicas ou a visualização de livros e imagens digitais para crianças a partir dos 3 anos da idade, não há qualquer objeção. As crianças da escola primária também podem adquirir as primeiras experiências com o computador. Contudo, os pais devem acompanhar os seus filhos nas suas experiências digitais, pois eles necessitam de apoio no processamento crítico sobre aquilo que viram e vivenciaram.

Segundo as recomendações de especialistas, o tempo de exposição à comunicação social não deve ser superior a 30 minutos, para crianças entre os 3 e 6 anos de idade, e para as crianças entre os 6 e os 9 anos não deve exceder os 45 minutos, de modo a não prejudicar o seu desenvolvimento saudável.



**As crianças devem experienciar o mundo em todos os seus sentidos, de modo a conseguirem uma aprendizagem duradoura.**

# Interação parental cautelosa – sem violência entre pares

**As crianças identificam exatamente o tipo de interação entre os adultos e o ambiente numa família. Quando elas observam que os pais interagem de forma cuidadosa uns com os outros, sentem-se seguras e protegidas. Se, por outro lado, têm de presenciar os seus pais a resolverem os seus problemas através da violência, isto irá desencadear nelas um sentimento de medo e impotência. Por isso é importante que os pais mantenham uma inter-relação sem violência e o mais respeitosa possível.**

Os adultos não conseguem esconder às crianças a forma como se relacionam com outros adultos. Elas conseguem claramente perceber, por exemplo, como está o ambiente entre os pais, como se discute e se os pais já se reconciliaram. Quando as crianças testemu-

nam os seus pais a resolverem os seus conflitos recorrendo à violência, através de ameaças, linguagem abusiva, do silêncio ou passando a vias de facto com ataques e golpes, isto torna-se perturbador para elas. As crianças sentem-se impotentes no momento em que presenciam ou escutam a violência e sentem muita angústia e preocupação pelo progenitor afetado. Frequentemente também se manifestam, a longo prazo, consequências negativas no seu desenvolvimento. Quando as crianças vivem num ambiente de tensão, ameaças e arbitrariedade, num local onde se deveriam sentir em segurança e proteção, isto provoca-lhes um stress enorme, que pode resultar em depressão, inquietação, ansiedade ou agressividade. Além disso, nestas situações os pais são também um exemplo a seguir. Isto porque as crianças também aprendem mesmo quando os pais não o querem.

Por vezes, a violência entre os pais continua mesmo quando a relação já terminou. Se durante as visitas as crianças presenciarem um progenitor a desvalorizar constantemente o outro, obrigando-as a tomar uma posição por um progenitor, a situação torna-se extremamente stressante e angustiante para a criança. Por norma, as crianças têm uma estreita relação com ambos os progenitores e desejam exercer o seu direito de manter o relacionamento com os dois. Este direito apenas deve ser limitado caso a relação não se demonstre ser em prol do bem-estar da criança. Quando os pais resolvem os seus conflitos de forma construtiva, para além de demonstrarem à criança a maneira como ela própria poderá resolver os seus problemas com outras pessoas, proporcionam também a segurança interior de que necessita para se desenvolver da melhor maneira possível.



**Quando os pais resolvem os seus conflitos de forma construtiva, para além de demonstrarem à criança a maneira como ela própria poderá resolver os seus problemas com outras pessoas, proporcionam também a segurança interior de que necessita para se desenvolver da melhor maneira possível.**

**Kinderschutz Schweiz**

Seftigenstrasse 41 | 3007 Bern

Telefone +41 31 384 29 29

info@kinderschutz.ch | www.kinderschutz.ch

**Proteger as crianças, tornar as crianças mais fortes!**

**Protegemos as crianças contra a violência.**

**E reforçamos os seus direitos.**

**O seu contributo irá ajudar a Kinderschutz Schweiz nesse sentido.**

**Conta cheque postal 30-12478-8**

**Muito obrigado!**



**[www.comp-act.ch](http://www.comp-act.ch)**