

ESCOLA E FAMÍLIA

Conversas difíceis em família

Soul Socioemocional · Programa socioemocional das escolas COC

Tem conversa que ninguém ensina a fazer. A criança perdeu o jogo e chutou a cadeira. O adolescente respondeu atravessado e bateu a porta. A filha chorou porque não foi convidada para o aniversário.

Nesses momentos, a vontade é resolver rápido: explicar, consolar, corrigir. E é aí que a conversa costuma se perder.

O que a gente aprendeu trabalhando com as turmas

Nomear vem antes de resolver. “Você ficou com raiva” ou “isso doeu” faz mais efeito do que “não é para tanto”. A criança que consegue nomear o que sente já está a meio caminho de lidar com aquilo.

O tempo importa. No meio da explosão, ninguém escuta, nem adulto nem criança. Vale esperar passar e voltar ao assunto depois, no mesmo dia.

Sentimento e comportamento são coisas diferentes. Sentir raiva é legítimo. Bater não é. Separar as duas coisas evita que a criança aprenda que sentir é errado.

Sobre o erro

Criança que só ouve que acertou aprende a esconder o que errou. Vale mostrar os erros de vocês também, inclusive os do trabalho, os da direção, os da receita que deu errado. Erro contado em casa vira erro suportável na escola.

Sobre o limite

Limite não precisa de grito para existir. Precisa de constância. O que muda de dia para dia deixa de ser limite e vira negociação, e aí a criança testa todas as vezes.

Uma pergunta que abre mais do que “como foi a escola hoje”: “o que te fez rir hoje?” Ou “teve algo chato hoje?” São perguntas que pedem história, e não um “foi bem”.