

### **Será que Estou Atrapalhando em Casa?**

Não é verdade que muitas vezes nós passamos por alguns dias na nossa vida – talvez muitos – que olhamos ao nosso redor e temos vontade de fugir, de desistir, de descer do trem até que ele volte a ficar mais calmo. Ou isso acontece por conta das crianças, ou isso acontece por conta da rotina da casa, ou acontece por conta do nosso trabalho.

De fato, temos muitas demandas, e em alguns momentos parece que perdemos a mão, que não sabemos mais onde está o fio da meada, que não sabemos como retomar a tranquilidade, e mesmo como fazemos para encontrá-la. Porque escutamos pessoas dizendo que é possível ter um ambiente tranquilo com crianças pequenas. Então ficamos querendo saber o que fazemos, como fazemos para ajustar isso. Nos sentimos perdidas, nos sentimos, muitas vezes, sem esperança. E corremos o risco de achar que a nossa presença está mais atrapalhando a rotina da casa e a rotina com as crianças, o andamento da casa e o cuidado com as crianças, do que ajudando.

Podemos criar, e ter a tentação de achar que os nossos filhos ficam melhores sem nós. Acontece muitas vezes das pessoas que ficam com os nossos filhos falarem isso “nossa, ele estava bem até você chegar”, e eu brinco assim “é, mas uma hora eu tenho que chegar, eu moro aqui”. É comum acontecerem esses momentos de um pequeno estresse se precisamos sair, ou se costumamos sair, porque nós trabalhamos fora, e na hora que chegamos. Temos muitas vezes essa sensação de que estragamos tudo, mas isso não é verdade. Isso pode acontecer, nós podemos achar que isso acontece por uma falta de autoridade nossa. E não necessariamente. Muitas vezes, na verdade, essa reação que a criança tem de choro, de ficar mais estressada, de não querer comer, de não querer tomar banho, de ficar um pouco mais irresponsiva, nos primeiros momentos que você chega, isso pode acontecer, na verdade, por um fruto de uma confiança, de um abandono, de uma entrega, de um desejo dela, de querer estar na sua presença, de, na verdade, nunca ter saído da sua presença.

Isso acontece com a nossa própria vida. Quantas vezes que estamos com a rotina dos nossos filhos e o nosso marido está para chegar. Nós sabemos que está para chegar, e ficamos ali naquela ansiedade para ele chegar. O que teoricamente nós deveríamos fazer quando ele chega? Ficar feliz “que bom que ele chegou!”, que bom que terá mais alguém para me ajudar, para dividir a tarefa, para dividir as alegrias com as crianças, para dividir as minhas frustrações. Para conseguir dar uma descansada, para conseguir ir ao banheiro sem uma criança ficar batendo na porta. Essa deveria ser a nossa reação “poxa, que bom que você chegou. Que alegria! Como foi o seu dia?”. Só que normalmente não é essa reação que nós temos. Normalmente a nossa reação é até de uma certa irritação porque chegou. Nós começamos a pensar “mas por que você demorou tanto? Por que você ficou tanto tempo no trabalho?” Começamos a criar um monstro na nossa cabeça em que, na verdade, não existe. Simplesmente o seu marido que chegou para estar com você. Acabamos que ficamos irritadas, quase protestamos por ele chegar. Quando que, no fundo, no fundo, nós gostamos que ele chegou.

Uma vez isso aconteceu na minha casa, eu costumo viajar uma vez ao ano durante a semana, por uma semana, para ter uma formação espiritual. O Italo já sabe disso, e é comum acontecer isso e as crianças também já estão acostumadas. Na hora da partida acontece isso, alguns ficam mais chorosos, outros ficam super alegres porque vão ficar com o pai, porque acaba que o pai assume, coloca para dormir, leva para a escola. E assume muito mais porque eu não estou presente, mas o que eu quero contar para vocês foi o que aconteceu certa vez no retorno da minha chegada. Uma vez era domingo, eu estava para chegar, e o Italo foi para a casa dos meus sogros com as crianças, na altura tinha cinco filhos. Estavam todos lá brincando, quando eu cheguei, o que eu esperava? Esperava receber abraços de todos, que estavam com saudades, e tudo mais. E um dos meus mais velhos, justamente, teve essa reação, dizendo que foi muito que cheguei. O outro não teve essa reação, o outro assim como o meu marido, tiveram a reação de certa irritação com a minha chegada. Fui abraçar esse filho, e ele disse que não queria que eu tivesse ido. Eu falei que estava tudo bem, porque

já estava de volta. Mas ele não conseguiu. Demorou um tempinho até ele se acostumar com a minha presença.

É muito comum quando nós voltamos para casa depois do trabalho, ou quando ficamos com as crianças, mas tivemos que sair, que na hora do nosso retorno a criança tenha certa atitude de protesto “poxa, por que a senhora saiu? Eu queria tanto que estivesse aqui”. E muitas vezes esse protesto em crianças pequenas é expresso através de choro, de uma desobediência, de uma irritação, que tem em relação a você. Enquanto ela quer ficar no seu colo, ao mesmo tempo, ela não quer ficar no seu colo. Acontece um misto de emoções.

Além disso, antes ela estava com outra voz de comando, que era da avó, da babá, e quando você chegou, essa voz de comando mudou. E é uma voz de comando diferente. Porque a nossa voz de comando, o nosso desejo que obedeça, não é só um desejo como o da vovó ou da babá, para que o dia simplesmente ocorra. Nós temos uma preocupação educativa. Nós não gostaríamos que os nossos filhos fossem desobedientes, que fossem crianças chorosas, que fossem crianças que nos batessem, que estivessem irritadas, que falassem para nós que não gostam de nós, que não querem a nossa presença. Nós precisamos conseguir entender que essas coisas não são a verdade.

A criança precisa entender que nossa voz de comando – e o nosso papel é mostrar para ela –, que essa voz de comando é diferente, que você tem uma intenção educativa ali, e que a sua relação com ela é uma relação diferente. É uma relação de uma autoridade diferente, que ela precisa seguir. Mas nós vamos tentar ver uma boa forma de fazer isso. Por quê? Porque eu entendo que nós, enquanto mães, enquanto saímos, e muitas vezes precisamos sair, nós temos uma culpa porque saímos. Porque nós achamos que deveríamos estar mais com os nossos filhos, cuidando deles e, ao mesmo tempo que temos isso, não queremos entrar em um pé de guerra com os nossos filhos o tempo todo. Nós não queremos ser aquela que sempre dá os comandos, que sempre é a autoridade. Que sempre é a chata, que sempre manda tomar banho. Que sempre ir estudar, e chegamos “carrancudas”. “Chegou a minha mãe, chegou a organização dessa

casa”. Por quê? Porque estamos sempre tentando não só tocar a casa, mas estamos tentando que eles se eduquem.

Mas, ao mesmo tempo, nós gostaríamos que eles gostassem de nós como eles gostam da babá e da avó, de que tivéssemos momentos afetivos, que a criança tivesse uma memória afetiva com a sua chegada, e que você tenha uma boa memória afetiva daqueles momentos que você chega. Só que muitas vezes essa ligação é muito difícil, e muitas vezes nós podemos acabar tendo essa tentação “é melhor eu não chegar, talvez seja melhor a babá tocar as coisas, ou a avó tocar as coisas, porque parece que eu atrapalho”. Ou então, “parece que eu não sei bem o que fazer em relação a isso”.

A minha ideia é hoje a nossa conversa seja sobre essa situação. Eu entendo que há um sentimento misto ali e que haja uma dificuldade de decisão mesmo, do que fazer. Você está cansada, a criança está cansada, há esse pequeno protesto infantil. Há uma nova autoridade, misturada entre você querer ser essa autoridade, mas, ao mesmo tempo, querer ser essa pessoa amorosa em que a criança gosta de estar com você. Enfim, é uma série de coisas.

Eu queria propor quatro pontos que podemos agir, e não estou falando só de mães que trabalham fora. Muitas mães que estão em casa com os seus filhos, elas também podem fazer todas essas coisas erradas. E podem estar em uma situação de estresse, em uma situação de perda de mão, perda do fio da meada, tanto quanto uma mãe que trabalha fora. Por quê? Porque muitas vezes nos falta exame de consciência, nos falta um norte de rotina de melhora. Nós vamos vivendo um pouco sem reflexão, vamos levando a vida. Vamos mais reagindo do que agindo. Acabamos por não ser a senhora da nossa casa, a senhora dos nossos filhos. Senhora da nossa própria história.

Vou propor quatro pontos práticos, para que a gente consiga, através das coisas práticas, fazer com que o nosso ambiente familiar arrefeça um pouco. Que e esses momentos que parecem batalhas diárias, não sejam tanto, e não é necessário que seja. Vou falar de quatro pontos que faltam em nós, então é claro que é incômodo, mas vou falar de quatro pontos que todo mundo já ouviu falar,

mas às vezes nos esquecemos deles. E às vezes não achamos o quão importante de fato eles são.

**1. O primeiro ponto:** A nossa falta de planejamento no dia.

“Samia, não me vem com essa coisa de ordem, de planejar, de *planner*, eu não consigo, não consigo ver agenda”. Eu vou falar com vocês de cadeirinha. Porque eu não sou uma pessoa organizada e eu luto pela minha ordem. Esse é o primeiro, certamente, porque é um ponto que me chama atenção. É um ponto que eu sei que quando estou conseguindo lutar para que ele de fato funcione, a minha vida familiar, a minha vida profissional, a minha vida com o meu marido, funciona muito melhor. Por isso estou propondo para você o planejamento do dia.

Muitas vezes o dia já começa mal porque nós não o planejamos. Ao invés de nós termos o dia na mão, nós vamos deixando que as demandas do dia tomem conta de nós. Nós meio que temos uma ideia de todas as coisas que temos para fazer.

Vou contar uma coisa que aconteceu comigo. Recentemente voltei de uma viagem, fiquei cinquenta dias em Portugal. E o meu marido é uma pessoa super organizada, ele é realmente organizado, tem as coisas escritas, têm os processos escritos, tem tudo no computador. Certo dia eu fiquei pensando “poxa vida, eu preciso aprender com o meu marido uma das coisas que ele tem de melhor, que é ser uma pessoa organizada”. Eu cheguei e perguntei para ele se podia me ajudar a ser uma pessoa organizada, a conseguir mandar bem nas pessoas, conseguir organizar bem o meu dia. E ele sentou comigo e foi colocando o nome de todas as pessoas que estavam subordinadas a mim, e eu mesma me assustei com tanta coisa que de fato preciso fazer e preciso administrar. Ele falou que de fato, se você não consegue ter essas coisas bem claras na sua cabeça, bem escritas na palma da sua mão, é claro que alguma ponta vai ficar solta.

E isso provoca muitas vezes uma ansiedade enorme. Uma sensação de que não temos o domínio das coisas. Que estamos sempre meio atrasados, sempre correndo atrás. Acaba que deixamos de fazer coisas importantes porque

sempre surgem coisas que são urgentes e ficamos com uma sensação de que deveríamos estar fazendo uma coisa, mas estamos presos em uma demanda que julgamos ser sem importância e inútil. Muitas vezes isso pode acontecer em relação às mães com as crianças, elas podem começar a achar que colocar uma criança para dormir, colocar uma criança para comer, dar banho, etc. São sem importância e inúteis. Que são coisas pequenas, e elas podem acabar delegando, porque no fim das contas há tantas coisas grandes que ela gostaria de estar fazendo e nós acabamos escolhendo errado. Muitas vezes as crianças podem acabar ficando de lado, porque há muitas demandas, e muitas vezes as demandas são nobres, como, por exemplo, o nosso trabalho profissional, como, por exemplo, a nossa vida espiritual, o trato com uma amiga, uma pessoa doente que está precisando de ajuda. Estar com o nosso marido.

Administrar tudo isso é difícil. Então precisamos tentar ter o nosso dia na nossa mão, ou nós não acabamos não fazendo o que temos que fazer. Então acabamos por não fazer o que temos que fazer, e acabamos dando desculpas de que precisamos de um descanso, de uma distração. Começamos a nos distrair com o Instagram, com o YouTube, e no final das contas o que está acontecendo é que você está fugindo, fugindo das suas obrigações. As suas obrigações estão passando, o seu tempo que é importante que tem com seus filhos, para educá-los, e é um tempo que não volta mais, o tempo que você precisa estar com o seu marido, que é um tempo que não volta mais. O tempo que você precisa trabalhar, que é um tempo que não volta mais. Enfim, coisas que são realmente importantes vamos deixando de lado, ou fazemos mal feito.

Muitas vezes um dos grandes problemas que temos é que não temos noção do quanto tempo demoramos para fazer determinada coisa. Quanto tempo os filhos demoram para se arrumar para ir para a escola, quanto tempo eles demoram para se arrumar para ir em uma festa infantil, quanto tempo eles demoram para fazer a cama, quanto tempo eles demoram para poder tomar banho. Então o que nós queremos? Nós queremos que eles façam tudo muito rápido. Nós ficamos impacientes. Acabamos não contando que é uma criança que

está em processo de desenvolvimento, e que está aprendendo, que imprevistos vão acontecer com as crianças. Na hora que estamos saindo, a criança faz cocô, etc. É sempre assim.

E a vida começa a ficar muito estressada. São nesses momentos de pressa, de falta de planejamento, que acontecem as ameaças, que acontecem os gritos, que acontecem as faltas de paciência. Acontecem os tapas, que não deveriam acontecer. Isso tudo porque falta em nós coisas pequenas, como, por exemplo, começar a acordar na hora que precisamos acordar. No tempo necessário. Você precisa saber quanto tempo os seus filhos demoram para se arrumar para ir para a escola, quanto tempo demoram para tomar café. Para que a vida não fique toda hora na correria, e faça você perder sua autoridade porque está sempre gritando, falando, etc. Porque eles não conseguem nem ter tempo de fazer aquilo que teoricamente, pelo hábito deles fariam. Como, por exemplo, arrumar a cama. Porque achamos que deveriam fazer mais rápido do que estão fazendo, porque nós ajustamos um tempo inadequado para que eles fizessem isso.

Então precisamos avaliar e pensar que horas você precisa acordar, e não à noite, quando está com sono, mas com a cabeça fria. Pare e pense que horas precisa acordar para ter o tempo de fazer uma oração, e falar com Deus, para que isso possa dar o tom do meu dia, para que eu possa estar mais atento em mim, o que eu preciso melhorar, a minha atenção que preciso dar a um filho e ao outro, para um amigo, o marido. A pontualidade. Qual é a virtude que estou lutando naquele momento. Preciso ter um tempo para fazer minha oração. Não ficar colocando o despertador para depois. O tempo que os filhos precisam para se arrumarem, e o tempo que eu preciso para conseguir me arrumar e estar bem arrumada.

Não dá tempo de fazer essas coisas porque não conseguimos acordar na hora que deveríamos, porque acabamos sendo preguiçosos, porque não dormimos no dia anterior na hora que deveríamos. E muitas vezes não é porque estamos curtindo o nosso marido, ou lendo um bom livro, ou trabalhando, nada

disso. Muitas vezes estamos gastando tempo, gastando horas e horas no Instagram, no YouTube, e acabamos dormindo tarde, e por isso precisamos dormir cedo. Essa falta de sono, esse cansaço que ficamos, ele se acumula e faz com que a gente tenha pouca energia para fazer as coisas, que tenhamos o nosso limiar de irritabilidade muito baixo, por isso que com qualquer coisa já explodimos.

Da mesma maneira que as crianças precisam ter um tempo de sono adequado, você também precisa ter um tempo de sono adequado.

Deixar a mesa do café da manhã posta no dia anterior, a sua roupa já separada, já pensar no que vai vestir, pedir para que as crianças deixem a roupa do uniforme arrumada, deixar o material arrumado. Para não ter aquela pressa, e aquela confusão. Para que você tenha um tempinho de, na hora de acordar seus filhos, que você acorde seus filhos cada um a um. E não “vamos lá, está na hora de acordar”. Não. Vamos falar mais na frente o quanto é importante que os nossos filhos consigam se sentir amados e queridos pessoalmente. Não tratá-los como números, dar um beijo, um carinho, tenho costume de fazer uma oração com meus filhos quando eles acordam “Todos os meus pensamentos, todas as minhas palavras e obras deste dia, eu vos ofereço, Senhor, e a minha vida inteira por amor”. Faça o sinal da cruz, reze com eles. Eles já despertam pensando em Deus já na primeira hora do dia.

Isso já dá o tom e você tem um tempinho para eles abrirem os olhos, falarem “oi mãe, bom dia”. São segundos, pequenos momentos, que se nós estamos com pressa esses momentos não existem. Tomar café com calma com seus filhos. Esse é um momento que você pode fazer, por exemplo, um tempo de leitura. Perguntar alguma coisa, lembrar um combinado que vocês fizeram, de alguma coisa que não foi tão bem no dia anterior, que ele precisa prestar mais atenção na escola, estar mais atento. Fale com eles em particular, não sentado com todo mundo.

Uma pequena coisa, são pequenas coisas que vamos fazendo ao longo do nosso dia, que acabamos não fazendo porque estamos com muita pressa. Não só na rotina diária, mas quando vamos para a casa da avó, quando vamos para um



passeio, quando vamos para a missa, quando vamos para um aniversário. Se arrume com antecedência, faça com que isso seja com antecedência.

Grande parte das confusões que acontecem, e dos castigos, das ameaças, das palmadas, acontecem nesses momentos de pressa, e de irritação. Você tem que considerar que o seu filho é de fato mais lento que você.

Uma coisa que acontece, é que na hora da pressa nós acabamos fazendo pelas crianças, e o que acontece com isso? Nós atrapalhamos a autonomia dos nossos filhos. Porque nós achamos que eles são muito lentos ao fazer, e o que vai acontecer? Fazendo por eles, porque precisamos fazer as coisas rápidas, eles não tendo autonomia, não vão aprendendo a fazer, e isso diminui a autoestima dele, porque quanto mais coisas nós sabemos fazer, melhor autoestima nós temos.

Então fica uma criança que não sabe fazer nada, uma criança super mole, achando que você tem que fazer tudo por ele, e em breve, você vai começar a ficar irritada, e muitas vezes rotular essa criança no meio da gritaria de que não sabe nem colocar o sapato, não sabe nem colocar a blusa, como demora, não sabe nem escovar o dente. “Como assim, eu na sua idade já sabia fazer tudo isso”. Mas, no fundo, isso é fruto de uma atitude que você foi tendo, uma atitude reativa, por falta de planejamento.

Por exemplo, essa questão da roupa, eu sei que é uma questão principalmente com crianças pequenas. Não só com meninas, mas com meninos também tem essa questão. Existem crianças com dois a três anos, que adoram trocar de roupa, e troca roupa de super-herói, e troca aqui, e troca ali. Não tem problema que ela faça isso como uma brincadeira, uma vez ou outra, mas precisa ficar claro para ela, que na hora de se arrumar e de sair, isso não pode acontecer.

E como você ajuda? Você ajuda deixando previamente escolhida a roupa do aniversário. Claro que existe uma ansiedade na escolha, não só nas crianças, conosco também. Quando temos um prato que colocam na nossa frente, “olha, essa é a comida que você vai comer”. Você meio que come sem questionar se

teria outra coisa para você comer. Mas se você já tem duas, três, quatro, cinco opções, você começa a ficar com dificuldade de decisão. Isso para uma criança pequena também acontece, deixe uma possibilidade da roupa do aniversário já feita, e você não vai mostrar para ela qual é a possibilidade depois do banho, na hora de se vestir. Seja mais esperta, você vai fazer isso antes, porque a previsibilidade é importante para a criança. Então, antes dela tomar banho, você vai falar “Maria, vem cá, nós vamos hoje em um aniversário, no aniversário da Joana, e a mamãe escolheu essa roupa aqui para você, vamos ao aniversário da Joana com essa roupa?”.

Se ela por acaso não gostou dessa roupa, também seja esperta, tenha no armário dela, roupas que ela pode usar e que são agradáveis a você, e não só agradáveis, mas que são roupas que correspondam ao ambiente. Se você acha que ela não deve usar determinado tipo de roupa, não tenha no armário. Deixe claro para o seu filho, e talvez na organização do armário da criança, que essas são as roupas de sair, que essas são as roupas de ficar em casa.

Lá na minha casa tem essa facilidade. O que nós fazemos? Para ficar em casa usam roupas de esporte. Para sair, eles têm roupas específicas, o sapato específico. E pronto. Eles já têm as coisas claras, não podem ir à missa de short, na missa se vai de calça. Ponto final. Essas são as orientações em relação à roupa. Então na hora que vamos sair, eles já sabem que vão usar roupa de sair, não vão usar roupas de ficar em casa.

Se você tem uma possibilidade gigantesca no seu armário, está tudo misturado, roupa de sair, roupa de ficar em casa. A criança começa a, de fato, querer usar roupa para sair, para ficar em casa, ou então na hora de sair querer usar short curto, e você diz que não pode sair de short curto. Então é melhor não ter, porque isso só confunde a cabeça da criança.

Facilite a sua vida. Para que ela possa escolher algo, antes você tem que formar o bom gosto da sua filha e do seu filho. Se ela não tem isso ainda formado, não está na hora dela escolher, ou então ela vai escolher entre duas possibilidades que são possíveis.

Só que se você faz essa escolha antes, com previsibilidade, antes do estresse, com tempo, antes do banho, é mais fácil para ela. Em geral, o problema acontece depois do banho, que há várias opções na cabeça dela. Talvez até não deixar a roupa na frente de outras roupas, vai facilitar bastante a vida.

Vou dar outro exemplo, em relação à comida. Sabe aquelas mesas grandes, de jantar, de café da manhã com muitas possibilidades? Aquela mesa de novela. Uma mesa de família normal, não pode ser assim. E principalmente em uma família que tenha crianças pequenas. Às vezes para as crianças pequenas é melhor você já deixar o que você quer que ela coma no pratinho dela. De manhã, você quer que ela coma morango, de manhã naquele dia, você vai colocar no potinho morango. Se você colocar morango e melancia, ela já vai ficar com dificuldade, e muito provavelmente não vai comer nenhuma das duas. Se você falar “não, meu filho, aqui nessa casa se come de tudo o que é oferecido, hoje é morango”. Você vai estimular para que ela coma esse morango, aquilo que está sendo oferecido.

Volto a dizer, se ela não tem o paladar formado ainda para comer de tudo. Não ofereça mais de uma opção. A opção será aquela. “Ai, Samia, mas será que não estou sendo muito rígida? Tenho medo do meu filho não ser uma pessoa flexível, do meu filho não ter a capacidade de escolher”. Não, isso não é verdade. O que acontece é que esse medo que as pessoas têm de dar ordem e de obedecer, vocês precisam entender, a autoridade e o ensino da obediência é uma iluminação da inteligência. Você está iluminando os sentidos do seu filho. O seu filho está em processo de formação, ela não é um adulto pequeno, que já tem a liberdade funcionando, ou a capacidade de escolha de assumir responsabilidades. Há coisas que precisamos fazer para facilitar o aprendizado dos nossos filhos, para formarmos sulcos importantes, e assim possamos construir os primeiros degraus da formação do caráter do seu filho, que vai tomar posse em algum momento da sua vida para que ela desenvolva o caráter dela até o final da vida.

Você não vai ficar para sempre tendo essa atitude, mas enquanto o paladar não está formado, enquanto o bom gosto não está formado, dos seus filhos em

relação à roupa, você terá que fazer isso. Com o uniforme da escola a mesma coisa, já deixa tudo organizado. Isso tudo é importante.

Nós precisamos conseguir ter um tempo para pensar nas coisas, diminuir a pressa, isso tudo vai facilitar bastante a vida de vocês. A mesma coisa quando você chega em casa do seu trabalho. Tenha calma, procure manter a tranquilidade, para que você dê tempo para ela conseguir fazer as coisas. Dê tempo para que as coisas se assentem. É possível que você oriente a obediência do seu filho e seja carinhosa com ele ao mesmo tempo. Que ele se sinta amado e querido, ao mesmo por você. Essas coisas não são coisas excludentes.

Esse é o ponto um, para você conseguir ter o seu planejamento do dia.

**2. O segundo ponto:** é o ponto de achar que a criança já deveria fazer aquilo que você já disse mil vezes, e não aguenta mais repetir o que ela precisa fazer.

Nós temos essa tendência “mas eu já falei várias vezes”. Quantas vezes já ouviram mães gritarem e esgoelar essas frases “quantas vezes vou ter que dizer para você fazer a sua cama, não aguento mais repetir que você não pode deixar a toalha no chão, estou cansada de repetir sempre a mesma coisa, olha, vou te falar, eu não quero mais saber se você vai ou não vai fazer o dever de casa, eu já estou cansada disso tudo. Estou tentando te ajudar, mas se você não quer ajuda, eu lavo as minhas mãos, o problema é seu”. Ou “você, com essa idade, não sabe amarrar os seus sapatos?”. Ou, “o que eu faço para você querer tomar banho e não ser o banho um show?”.

Nessas frases tem um misto de frustração, cansaço e impotência. Quantas e quantas vezes as mães falam isso, e falam ao vento. Como as mães gostariam que seus filhos já soubessem e fizessem logo o que deveriam ter feito. Só que, examine comigo se esses pontos já foram cuidados. Quantas vezes você já se propôs a alguma coisa e não conseguiu cumprir? Antes falávamos da pontualidade de acordar, de conseguir dormir na hora certa, e você não conseguia. O seu marido e as pessoas que convivem com você falam “poxa vida,

quantas vezes já falei para você acordar cedo para conseguir organizar as coisas, e você não conseguiu ainda?”. “Quantas vezes você já se propôs para dormir cedo, e não consegue?”. Então, se você não consegue, o seu filho, se não for ensinado e não for puxado, para fazer isso, não é você falar uma, duas, mil vezes, que vai fazer com que ele faça. Há coisas que podemos fazer para ajudá-lo a formar esse hábito.

Você já ensinou o seu filho a fazer?

Ensinar não é falar para ele que tem que fazer, ensinar é fazer junto, é pegar pela mãozinha, principalmente crianças pequenas e fazer com que ele faça.

Talvez você já tenha, por você estar nessas situações estressantes, você talvez já tenha se acostumado a fazer para ele, algo que ele já poderia estar fazendo sozinho. Só que em determinado momento você olha que alguma criança na idade dele já consegue fazer, e você imagina que o seu filho já deveria fazer, e começa “vai tomar banho, etc”. Começa a exigir uma obediência dele, meio que estoica, para que ele obedeça. Começa “por que o meu filho não obedece?”. Se questiona, tem alguma pessoa que faça por ele, por exemplo, como a babá? Se tem uma pessoa que faz por ele, que não tenta que a rotina aconteça, ou que leva para o banho através de um monte de chantagens “se você for para o banho vai ganhar sobremesa, e isso e aquilo”. Uma série de artifícios. Para comer a mesma coisa, usa o celular.

Na hora que você chega e tenta fazer sem isso, a criança terá muita dificuldade de atender.

Se você tem uma rotina estabelecida, que seja clara para ele, mas não adianta essa rotina estar só na sua cabeça. Se só estiver na sua cabeça, você, sim, terá que anunciar essa rotina várias vezes. Não parta do princípio de que pelo fato de você repetir várias vezes, que ele já vai saber o que tem que fazer. Não é muito bem assim que funciona. Você precisa explicitar, você precisa ajudar que seu filho crie gatilhos nele mesmo, que aquilo precisa ser feito. Nós precisamos verbalizar, e precisamos fazer isso com crianças desde bem pequenas. Desde um

bebezinho você pode fazer. “Depois que tomamos banho, o que vamos fazer?” Você pode falar isso com um bebê de um ano, com dez meses, “dormir, mimir”. Então a criança já vai pensando. E através das suas atitudes ela vai entendendo. “Ah, então quando ela abaixa a cortina, liga o ar, e coloca essa roupa em mim, é porque eu vou dormir”.

Explicitar a rotina depois do banho. Na medida que ela vai crescendo, você vai perguntar o que ela vai fazer depois do banho, “mimir”, ou seja, ela mesma, vai acabar verbalizando o que tem que fazer. Assim, você vai ter certeza de que você sabe o que ela tem que fazer, e você vai ajudá-la a fazer.

“Ai, Samia, meu filho é grande, não tem rotina nenhuma, não me obedece”. Nós vamos falar isso com calma em outras aulas, mas é importante nós escrevermos a rotina. Não, necessariamente, para que a criança olhe, ou para ganhar uma estrelinha. E você pode ler com ela, “olha, tomar banho, colocar o pijama, escovar os dentes, etc...”. Vai escrevendo para ela e depois você vai acompanhando a rotina com ela, você vai fazer a rotina com ela. “Filho, agora você vai tomar banho, depois do banho, lembra? Mamãe falou que depois do banho nós escovamos os dentes”. Vai fazer meio que uma maneira robótica com ele, e depois que a rotina já estiver bem na rotina dela, você vai ajudar com gatilhos. “O que nós fazemos mesmo depois do banho? Isso mesmo, escova os dentes”. Enquanto vai escovando os dentes “agora você lembra o que vamos fazer?”, “vamos colocar o pijama”. E assim vamos fazendo. Não é para apenas falar com ela, nesse momento você a ajuda para fazer aquilo.

Depois você deixa que ela faça, e depois você vai reavaliar aqueles pontos. Depois que você acha que a rotina já está bem, você volta e pontua toda a rotina. Da próxima vez você vai deixar que avalie sozinho “filho, avalie se você já fez todas as coisas”. Então, assim, você vai criando uma rotina robusta, você não vai ficar só falando. Você vai ensiná-la a fazer.

Mais do que achar que ela já deveria ter aprendido e começar a rotular a criança, colocar de castigo, você precisa conseguir fazer com que ela faça.

3. **O terceiro ponto:** você estar desatenta e com a cabeça em outra coisa.

Muitas vezes, de fato, nós ficamos no celular. Lembrando, que é o ponto três das coisas que atrapalham no andamento da casa e do cuidado com as crianças.

Não estamos atentas no momento que pedimos as coisas para eles. Muitas vezes nós gostaríamos que ele fosse pegar algo para você, mas ele está no momento mais legal do jogo. O que você consegue com isso? Que ele não te obedeça, que ele fale “mãe, fale com a minha mão, porque eu estou aqui fazendo uma coisa super legal”. Você está sendo injusta de pedir aquilo para ele naquele momento. Não adianta depois você ficar reclamando que ele não faz nada do que você pede, porque você não está atenta. A sua desatenção faz com que você perca a sua autoridade.

Outra coisa, a desatenção, estar com outras coisas na cabeça, e desejar que a coisa ande. Nós podemos ter, muitas vezes, o expediente de comparar os filhos, para provocar os filhos, para ter uma “inveja” boa. Um bom exemplo, e assim consiga que um dos filhos faça melhor e mais rápido, mas nós sabemos, e temos uma aula sobre isso, que a educação é pessoal. Você não tem que comparar as crianças. O seu filho tem que fazer, independente de outros.

Volto a dizer, quando estamos desatentas, quando estamos com a cabeça em outra coisa, ou gostaríamos de estar fazendo outra coisa, que não é aquilo que estamos fazendo. Começamos a achar que os nossos filhos estão nos atrapalhando. Isso faz com que percamos a paciência com eles.

Outra coisa que também pode acontecer nesse momento de desatenção, de estar com a cabeça em outra coisa, a nossa imaginação começa a imaginar que alguém deveria estar no ajudando. “Ai, eu não tenho rede de apoio, o meu marido não me ajuda, a minha mãe não me ajuda, a fulana consegue porque o marido ajuda, a fulana consegue porque a avó ajuda, a fulana consegue porque tem rede de apoio. Eu tenho todos os motivos para perder a paciência, para me

irritar, para a minha filha estar bagunçada, por meus filhos estarem desobedientes”. Não é assim. Então começamos a nos vitimizar, e começamos a crescer em nós algo que achamos que deveria estar acontecendo, e não deveria estar acontecendo. E isso aumenta mais ainda a nossa irritação. Não só com os nossos filhos, mas com todas as outras pessoas.

**4. O quarto ponto:** a falta de amor nas pequenas coisas.

Nessa de irmos fazendo as coisas com pressa, de chegar e já querer resolver as coisas, nós começamos descuidando das coisas, nós esquecemos que as pessoas vêm antes das coisas. Que a rotina foi feita para a pessoa, e não a pessoa para a rotina. Então nós colocamos uma rotina, e achamos que essa rotina é imaculada, que ela não tem que considerar a pessoa que está nessa rotina. E não é assim. Nós fazemos uma rotina para que essa pessoa, ou seja, esse meu filho, seja educado. A rotina tem uma intenção educativa, nós não estamos adestrando a criança, estamos educando a criança.

Precisamos ter essa sensibilidade, uma criança que se sente amada, é uma criança segura, é uma criança com autoestima. Tenha esses detalhes de cuidado e de amor que fazem com que o nosso ambiente familiar esteja mais tranquilo, que os seus filhos estejam mais responsivos a você.

Aquilo que falei de acordar de manhã com um beijo, com calma, fazer uma oração, ter esse tempo de café da manhã, se une a isso aqui. Lembrar do que o seu filho gosta. Às vezes, nós lemos uma história, às vezes nós vimos uma situação que fez com que nos lembrássemos dele. Às vezes, você passou na livraria, viu um livro que lembrou, não tem problema você comprar um livro para aquele filho. "Olha, filho, a mamãe lembrou de você". Óbvio que você terá detalhes de carinho com os outros filhos também, mas não precisa ser o mesmo e nem no mesmo momento.

Não esquecer das coisas da escola. Cuidar do uniforme do seu filho para que ele esteja direito, não esteja todo amassado, não esteja todo sujo, cheio de tinta, de água sanitária. A criança percebe isso. Cuidar do material, que ela tenha



todos os materiais que a escola solicitou. De que um papel solicitado na escola para assinarmos, que a gente assine. Que paguemos logo o passeio que precisa pagar. Que consigamos marcar o aniversário, porque senão depois aquilo pode acabar não acontecendo. Um determinado passeio que precisa ser feito, que cheguemos primeiro. Na hora de buscar na escola, não ficar sempre chegando atrasada. Chegar na hora que precisa chegar. A criança que fica constantemente lá esperando a mãe, ela se sente meio abandonada. Que a mãe não está nem ligando para ele. Enfim, tentar não esquecer de buscar o seu filho no horário. Dizer alguma situação que está acontecendo, dizer que estamos rezando por alguma intenção. Dizer que “a mamãe está rezando por isso, eu sei que você está com bastante dificuldade de prestar atenção, ou está com bastante dificuldade de se acalmar, ou que não está entendendo determinada matéria, a mãe está rezando por isso, para que o seu anjo da guarda te ajude”.

Pergunte sobre uma questão específica, não é “E aí, como foi na escola?”. Não, pergunte uma questão específica “como foi na educação física hoje com a chuteira nova?”. Sabe? Pergunte uma coisa bem específica que ele pode dizer. Não deixe passar. Abrace seus filhos. Mostrar que você ama os seus filhos, não é através de coisas, é através de toda essa dinâmica, toda essa atmosfera.

Resumindo, se não cuidamos de tudo isso, o nosso expediente educativo usual, que é um sintoma de muitos dos meus seguidores que perguntam “como eu faço o meu filho me obedecer?”. E sempre a obediência está ligada a: que castigos devo dar? Que recompensas eu devo dar? Que promessas eu devo dar? Que ameaças? Se devo dar palmada ou não. Então isso é um sintoma de que o resto está muito complicado. Ameaças, castigos, palmadas, promessas de recompensas, isso não tem nenhuma intenção educativa. Isso é só para apagar um fogo que está alastrado, muitas vezes, por culpa nossa.

É claro que não estou dizendo que toda a birra infantil, toda dificuldade que estamos tendo em casa, a culpa é nossa, mas estou aqui para ajudar cada uma de vocês, assim como a mim mesma, a ver que coisas eu posso fazer na minha vida, que eu posso cuidar, para que o meu ambiente familiar se transforme em um

ambiente tranquilo. E um ambiente de uma família normal, não é um ambiente confuso, de gritaria, de ameaças, de castigos o tempo todo. Não precisa ser assim. Até a próxima aula.

**Com carinho,  
Samia Marsili**