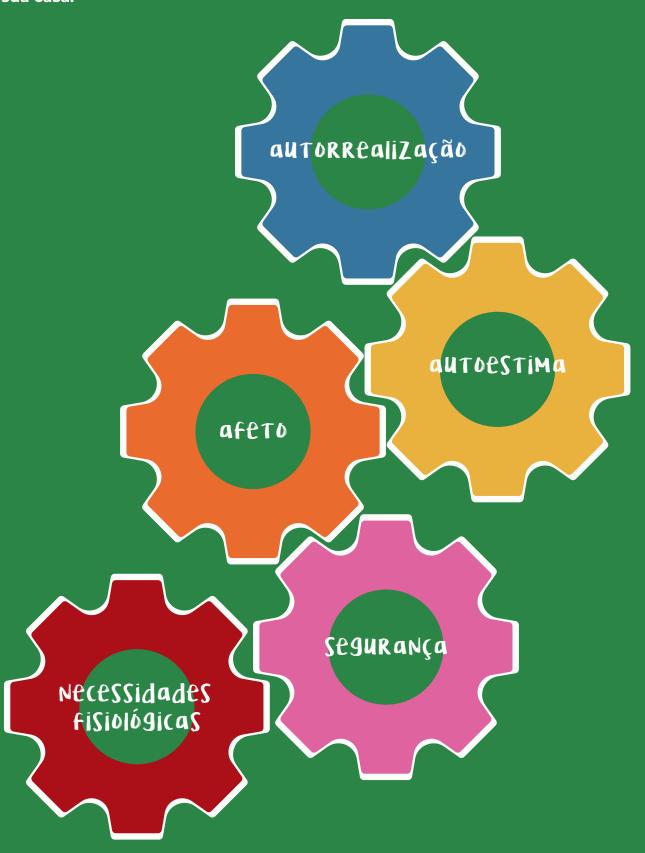
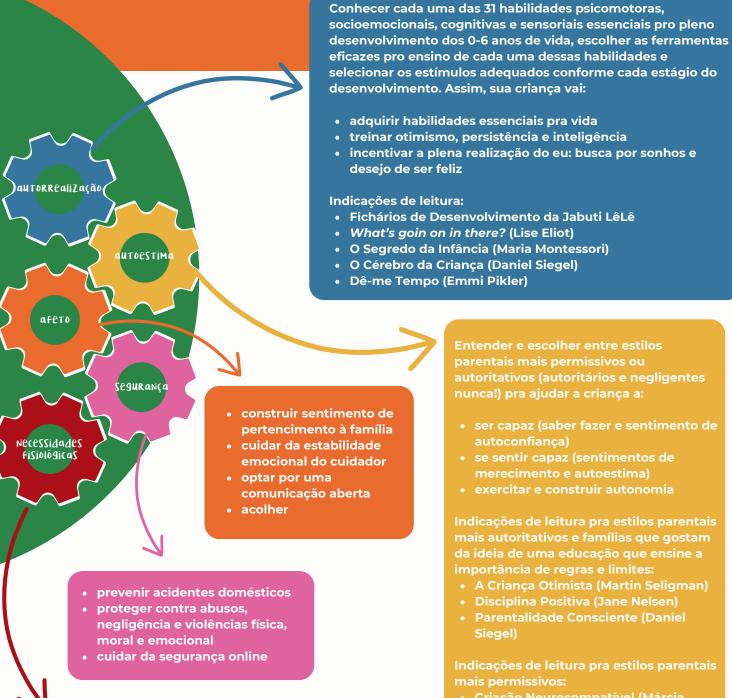
## rotinas afetivas intencionais

## o que são?

São 5 engrenagens funcionando de forma orquestrada e dinâmica, criando um dia a dia que se faça terreno fértil pro desenvolvimento pleno do seu filho(a). E estas são as engrenagens (condições) que precisam fazer parte da rotina da sua casa:



## como pôr pra funcionar cada uma dessas engrenagens?



- casa limpa e organizada
- alimentação saudável
- higiene da criança
- contato com luz solar e natureza
- rotina previsível
- rotina de sono bem estabelecida

Dê-me Tempo (Emmi Pikler)

Entender e escolher entre estilos parentais mais permissivos ou

nunca!) pra ajudar a criança a:

ser capaz (saber fazer e sentimento de

autoritativos (autoritários e negligentes

- autoconfiança) • se sentir capaz (sentimentos de merecimento e autoestima)
- exercitar e construir autonomia

Indicações de leitura pra estilos parentais mais autoritativos e famílias que gostam da ideia de uma educação que ensine a importância de regras e limites:

- A Criança Otimista (Martin Seligman)
- Disciplina Positiva (Jane Nelsen)
- Parentalidade Consciente (Daniel

mais permissivos:

- Criação Neurocompatível (Márcia
- A Geração Ansiosa (Jonathan Haidt)

OBS.: antes de optar por um estilo parental, pesquise os impactos **EMOCIONAIS** futuros dessa escolha. A Jabuti já publicou sobre isso. Acompanhe nossas redes sociais!