Relação entre Pais e Filhos: como manter um bom relacionamento



Um ambiente saudável em casa, influenciado acima de tudo por uma boa **relação entre pais e filhos**, é fator fundamental para um desenvolvimento saudável das crianças lá de casa. Este relacionamento começa logo na gravidez e o seio familiar desempenha um papel ativo, mais do que nunca, na formação dos cidadãos do amanhã.

Tal como acontece noutros tipos de relações, a **relação entre pais e filhos** carece de alguns hábitos e rotinas para que tudo funcione na perfeição. Não há "A" fórmula. Cada família funciona de forma diferente e deverá ter sempre isso em mente no momento de educar.

Qual a importância de uma boa relação entre pais e filhos?

A **relação entre pais e filhos** começa a ser cultivada desde muito cedo, quando o bebé ainda depende inteiramente da sua mãe. No entanto, quando nasce, ambos os pais passam a ser fundamentais para construírem as bases da criança, tanto a nível emocional, como psicológico.

Ao garantirem que existe uma relação harmoniosa em casa, os pais estão a promover que os mais novos cresçam mais confiantes, resilientes e com uma boa autoestima, fundamentais para garantirmos que já em adultos estão preparados para lidar com vários tipos de emoções e situações.

É necessário um lar onde se exerça a chamada parentalidade positiva. Para o Conselho da Europa, é o comportamento dos pais que permite não só assegurar que as crianças têm os cuidados necessários, mas também que são guiadas corretamente pela sua família. Isto passa também pelo reconhecimento e promoção da autonomia dos mais novos, já que o afeto e o sentimento de aceitação dos mais novos está diretamente ligado ao desenvolvimento das

crianças.



Como promover uma boa relação entre pais e filhos

Existem algumas atitudes que podem ajudar a promover e a manter uma **boa relação entre pais e filhos**, contribuindo para estreitar os laços familiares. Começar por saber comunicar é o primeiro passo. Isto porque trata-se de uma competência que implica falar e escutar. E isto são duas funções essenciais para qualquer boa relação. Descubra outras dicas.

1. Refeições em conjunto

Os benefícios de uma refeição em família são, acima de tudo, uma melhor promoção dos hábitos alimentares, estabelece um senso de rotina nos mais novos, permitem que se conheçam melhor e muito mais.

2. Falar sobre o dia

Este ponto pode estar diretamente ligado às refeições em família. Aproveite as refeições para fortalecer a sua **relação entre pais e filhos.** Este é o momento ideal para partilharem as experiências do dia e retirar das mesmas algumas aprendizagens importantes.

3. Brincar juntos

Uma das melhores maneiras de existir uma boa **relação entre pais e filhos** é criar momentos de diversão conjunta. Aproveitem o bom tempo para algumas atividades na rua, como andar de bicicleta ou jogar futebol. Ou então, optem por alguns jogos de tabuleiro, cozinhem juntos – como por exemplo umas deliciosas panquecas – ou façam algumas lides de casa em conjunto.

4. Afeto

Um pouco de carinho e abraços nunca fizeram mal a alguém. Pelo contrário, são uma ótima forma de melhorar a **relação entre pais e filhos**, já que mostram não só atenção, mas também o amor que nutrem um pelo outro.

5. Respeito comum

Faça pequenas coisas todos os dias para mostrar ao seu filho o quanto você o ama, como escrever uma Os pais devem ter em mente que tratar as crianças com respeito é tão importante como discipliná-las. Os mais novos são sinónimo de muita traquinice, no entanto esta pode ser resolvida de forma calma. Por isso, mesmo que por vezes os pequenos o tirem do sério, respire algumas vezes fundo e tente explicar-lhes o que fizeram de mal e o motivo pelo qual não o devem repetir.

6. Faça-nos sentirem-se úteis

Uma dica simples de aplicar para melhorar a **relação entre pais e crianças** é deixarem que os mais novos assumam algumas responsabilidades e fazê-los sentirem-se importantes por lhes terem confiado essa tarefa. Os mais novos adoram sentirem-se úteis, permitindo-lhes aumentar a sua autoconfiança. Não se esqueça de os elogiar e agradecer a sua ajuda.

7. Mostrem-lhes que os ama

Mostre de forma constante o quanto gosta dos mais pequenos lá de casa. Deixe que essa palavra se incorpore durante o crescimento das crianças, para que estes saibam o quanto podem contar consigo. Pode dizê-lo, escrevê-lo ou simplesmente mostrar que quer passar tempo com eles. Dê toda a sua atenção quando os mais novos estão a falar, às vezes é tudo o que precisa para melhorar uma **relação entre pais e filhos.**

O Rodinhas ajuda-o a melhorar a relação entre pais e filhos

O Rodinhas é a ajuda que todos os pais com horários complexos procuram ter no dia a dia. Mostrar aos mais novos que vão ter sempre alguém à sua espera, mesmo quando algum imprevisto surge é uma ótima forma de conseguir melhorar a r**elação entre pais e filhos.**

Afinal de contas, trata-se de um serviço especializado no transporte de crianças, que lhes

garante uma viagem segura e mais divertida. Conte com o Rodinhas para levar os mais novos lá de casa à escola, aos avós ou até às atividades extracurriculares. Com a ajuda da carrinha de transporte do Rodinhas há mais pais e crianças felizes!