



**Forte graças ao relacionamento**





# Índice

Prefácio	1
Eu quero ser forte e preciso de...	2
...contacto e proximidade física	4
...protecção e confiança	6
...atenção e diálogo	8
...uma ligação segura	10
...reconhecimento da minha singularidade	12
...confiança nas minhas capacidades	13
...um ambiente de desenvolvimento estimulante	14
...orientação	16
Explicações	18
Forte graças ao relacionamento: De que necessitam mães e pais?	19
Elternbildung CH	20
Jacobs Foundation	20
Links úteis	21

# Prefácio

Na vida de uma criança, o relacionamento é o alicerce do seu desenvolvimento. Desde o primeiro dia. Neste caso, todos os processos de desenvolvimento baseiam-se no relacionamento da criança com uma pessoa de referência, no mínimo. Mostramos-lhes, nesta brochura, o que é importante para a criação desse relacionamento. Este relacionamento dirige-se à pessoa de referência mais próxima dos lactentes e bebês e comunica, em oito mensagens, tudo o que uma criança necessita, desde o início, para se ser forte. Com base nestes princípios fundamentais, as crianças recebem a ferramenta necessária para superarem os desafios e tarefas de desenvolvimento dos anos seguintes.



**”Eu quero ser forte e preciso**

**...contacto e proximidade física“**

**...protecção e confiança“**

**...atenção e diálogo“**

**...uma ligação segura“**

**...reconhecimento da minha singularidade”**

**...confiança nas minhas capacidades”**

**...um ambiente de desenvolvimento estimulante”**

**...orientação”**

de...



# ”Eu quero ser forte e preciso de ... ... contacto e proximidade física“.

**Eu estou no mundo. Respiro. Agora sou curioso e quero estabelecer contacto com o meio ambiente. Desta maneira, recebo uma multiplicidade de impulsos indispensáveis para o meu desenvolvimento futuro.**

- Mesmo antes do nascimento, já gostava da voz dos meus pais e gostava que o ventre da minha mamã fosse acariciado.
- Gosto do contacto visual com os meus pais; sim, preciso mesmo dele.
- Mesmo sem falar, mostro como me sinto e gostaria que me compreendessem.
- Quando me desloco com a mamã ou o papá, quero manter o contacto visual com eles.
- Gostaria que a mamã e o papa se ocupassem de mim e de poder responder no âmbito das minhas possibilidades.

- O nascituro já regista as impressões do ambiente no ventre da mãe. Quando ouve as vozes dos pais, começa a entrar em contacto com eles.
- É importante que o recém-nascido seja colocado imediatamente sobre o ventre da mãe para não se sentir sozinho e abandonado após o parto. Este contacto pele com pele contribui em larga escala para a ligação emocional entre mãe e filho. Este contacto físico é importante nos primeiros meses de vida.
- O lactente comunica ao meio ambiente a forma como se sente com o choro, os sons, a expressão facial e os movimentos. Quando um bebé chora, mãe ou pai ocupam-se imediatamente dele. Com isso mostram-lhe que estão presentes e não o deixam sozinho. Dão-lhe a segurança que lhe permitirá, mais tarde, saber esperar também um dia.
- Quando o bebé é transportado no carrinho de criança, no pano porta-bebé ou na mochila porta-bebé, a maneira como se sente melhor é com a cara virada para a mãe ou o pai, ficando assim assegurado o contacto com a pessoa que lhe é familiar. O assento lateral sobre a anca é a posição ideal. Assim, a criança pode escolher se quer observar a sua pessoa de referência ou observar o meio ambiente. Quando a criança não vê a sua pessoa de referência, pode sentir-se insegura e abandonada em virtude das múltiplas impressões desconhecidas e inabituais.

- Mãe e pai, após o parto, devem continuar o contacto estabelecido com o bebé durante a gravidez, através da fala, da narração, do canto e do riso. Eles dão ao bebé a oportunidade de responder com mímica ou gestos, podendo assim comunicar entre si. Quando desvia o olhar, o bebé mostra que precisa de uma pausa: Ele tem de assimilar aquilo que acabou de experimentar. Quando os pais perguntam ao bebé como se sente, ele não responde com palavras, mas sim com uma expressão facial de contentamento, com sons arrulhantes. Ele entende a entoação cuidadosa e carinhosa deles.



# ”Eu quero ser forte e preciso de ... ... protecção e confiança“.

**Para o meu desenvolvimento ser bem sucedido, enquanto lactente e bebé quero poder experimentar protecção e confiança ilimitadas.**

- Quero poder sentir-me protegido e seguro.
- Sozinho, praticamente não posso alterar a minha situação. Por isso, preciso de atenção e confiança, quando as solicito.
- Preciso de uma pessoa de referência que me compreenda com sensibilidade.
- Tenho percepção das coisas com todos os sentidos. As impressões experimentadas acompanham-me durante toda a vida.
- Às vezes, conseguem acalmar-me com dificuldade. Então, é quando mais preciso de protecção e confiança.

- O impulso de segurança, confiança e protecção corresponde a uma necessidade óbvia inerente a todas as pessoas. O lactente sente-se protegido e seguro nos braços da mãe ou de uma pessoa de referência. Essa é a melhor maneira para ele conseguir entrar num mundo estranho e inabitual.
- Os lactentes primeiro aprendem a ordenar as suas impressões e nem sempre sabem lidar com elas adequadamente sozinhos. Além disso, ainda não têm a possibilidade de alterar a sua própria situação por si próprios. Os lactentes que fazem birras ou gritam, precisam rapidamente de uma pessoa de referência que lhes possa dar segurança e protecção. Os lactentes não devem ser repreendidos pelas birras ou gritos, nem se lhes deve retirar a atenção. Isto é prejudicial para o desenvolvimento da criança.
- A compreensão emocional duma criança desenvolve-se nos primeiros meses de vida. Isso acontece através de uma “pessoa de referência com 3 atributos (disponível, familiar e confiável)”, normalmente a mãe ou o pai. Uma pessoa de referência com esses “3 atributos” é disponível, familiar e confiável. Ela regista com sensibilidade os sinais da criança, tenta compreendê-los e dá-lhes respostas.
- No período anterior à fala, a criança já percepção com os seus cinco sentidos o comportamento e a acção da sua pessoa de referência. As impressões vividas nesse momento deixam marcas no cérebro. No decurso da vida posterior, estas impressões guardadas podem exercer





influência sobre a forma como a criança, o jovem, o adulto se sentem na via quotidiana. Neste caso, o nexa com a experiência original vivida não é consciente. Por isso, é muito importante que a criança sinta muita protecção.

- Há lactentes que só com muita dificuldade conseguem acalmar-se. Por vezes, levam a mãe e o pai aos limites. Estas são, precisamente, as crianças que precisam de experimentar confiança e protecção fortes. Para lhas poderem dar, os pais devem poder solicitar alívio e ajuda ao exterior, em qualquer momento.

# ”Eu quero ser forte e preciso de ... ... atenção e diálogo“.

**Enquanto lactente, gosto que a minha mãe ou o meu pai me dispensem toda a atenção. Seja ao cuidarem de mim, ao alimentarem-me ou quando descubro o ambiente. Quando a mãe ou o pai falam comigo, aprendo a língua e fico a saber a importância que eu e as minhas mensagens temos.**

- Gosto da cara da minha pessoa de referência e de imitar a sua expressão facial ou os sons.
- Gosto que a mamã ou o papá me expliquem o que fazem, mesmo que eu ainda não entenda tudo.
- Quando descubro coisas novas, procuro o contacto visual com a minha pessoa de referência. Isso ajuda-me e dá-me segurança.
- A minha pessoa de referência descreve as múltiplas coisas em que toco ou para as quais aponto.
- Se receber durante algum tempo uma atenção ilimitada, entretenho-me sozinho outra vez.
- Quando vocês comunicarem comigo, voltem-se para mim e olhem-me nos olhos.

- Os lactentes gostam de observar a cara humana. Isso acontece, frequentemente, quando tratam do bebé ou lhe mudam as fraldas. Para o lactente, poder contemplar a cara da pessoa de referência, imitá-la e manifestar-se com sons, é um prazer extremo.  
A pessoa de referência pode registar, responder e prosseguir com os sons e a mímica da criança, o que se revela, de imediato, como uma base importante de aquisição da linguagem por parte da criança.
- Quando as acções são acompanhadas das respectivas palavras na língua materna, a criança vê e sente uma conexão entre a acção e as palavras. Esta é mais uma pedra fundamental para o desenvolvimento da língua.
- Logo que a criança consegue movimentar-se activamente e quer descobrir e experimentar coisas novas, procura a atenção da pessoa de referência através do contacto visual. Ela quer saber o que a pessoa de referência pensa dos seus propósitos. Ela orienta-se pela expressão facial e pela reacção da fala.
- Quando a criança começa a apontar para os objectos, a pessoa de referência deve denominá-los e falar com a criança sobre eles. Quando a criança designa o que viu criando palavras próprias, a pessoa de referência deve aceitá-las e denominá-las com palavras da respectiva língua materna ou paterna. Neste caso, a criança sente que as suas expressões são tomadas a sério. Assim, adopta a língua com naturalidade.

- As crianças que durante algum tempo recebem da pessoa de referência atenção sem reservas e um diálogo vivo, sentem satisfeita a sua necessidade de atenção e intercomunicação. Esta circunstância e o desejo natural de actividade própria, dá-lhes depois a possibilidade de quererem e poderem entreter-se sozinhas consigo e o meio ambiente actual durante um certo tempo.
- Olhar as crianças nos olhos exprime, em princípio, que o adulto toma a criança a sério e aceita o contacto pessoal.



# ”Eu quero ser forte e preciso de ... ...uma ligação segura”.

**Mãe e pai perceberam as minhas necessidades desde o início, interpretaram-nas correctamente e reagiram-lhes com rapidez. Trataram-me com sensibilidade. Agora, sei que posso confiar neles. Construí uma ligação segura com eles e desenvolvi uma confiança genuína. Assim, poderei fazer novas experiências a partir de um enquadramento seguro, mesmo fora do seio da família e tornar-me independente.**

- Às vezes estranho as pessoas e fico contente quando me aproximam, com cautela, de pessoas novas.
  - Quero investigar e descobrir mas, ao mesmo tempo, é muito importante que eu possa sempre regressar rapidamente para junto da mamã ou do papá.
  - Preciso de estar seguro de que as minhas pessoas de referência estão aqui para mim.
  - Posso manifestar com quem quero estar e com quem não quero. Tomem-me a sério.
  - Se tiver de ficar sozinho com estranhos, fiquem comigo até eu me sentir seguro
- 
- A estranheza do lactente no final do primeiro ano de vida mostra que ele agora já sabe distinguir as pessoas conhecidas/familiares, das pessoas desconhecidas. A criança tem de se familiarizar passo a passo e de forma lenta e cuidadosa com os novos parceiros de ligação.
  - Para poder ousar dar os primeiros passos de descoberta, longe da pessoa de ligação, a criança tem de poder voltar para essa pessoa em qualquer momento.
  - As sensações podem ser recordadas deste o início da vida e o equipamento básico duma pessoa para vencer na vida forma-se nos primeiros três anos de vida. Por isso, é importante que mães, pais e todas as pessoas de referência no seio familiar e fora dele, prestem a maior atenção à segurança da ligação e aos sentimentos da criança a ela associados.
  - Se a criança quiser delimitar-se das outras pessoas, isso deverá ser levado a sério. Se não se tomar em consideração essa necessidade, cedo se manifestam sentimentos de impotência e abandono furtivos, que começam a marcar as emoções básicas da vida da criança.

- Se o acompanhamento da criança for confiado a uma mãe de dia ou infantário, a presença da mãe e do pai é necessária até a criança sentir segurança em relação à nova pessoa de referência. Em qualquer dos casos, é necessária uma habituação concentrada na criança.



# ”Eu quero ser forte e preciso de ... ...reconhecimento da minha singularidade”.

**Eu sou único. O meu temperamento e aptidões vieram comigo ao mundo. Daqui ganha forma todo o meu desenvolvimento. Encaro-os de forma própria, única e individual em função do meio ambiente.**

- Quero que vocês reconheçam a minha singularidade.
- Não gosto que vocês me comparem com os outros.
- Preciso de tempo para o meu desenvolvimento.
- Se vos irritou, digam-me o que vos irritou e não questioneis a minha pessoa.
- Se vocês repararem nos meus pontos fortes, então sinto-me amado e continuo a desenvolver-me com alegria.

- O reconhecimento da singularidade de cada criança não permite que os adultos disponham das crianças com poder discricionário, como se fossem objectos.
- O reconhecimento da singularidade de cada criança exclui a comparação da criança com outra no sentido de melhor ou pior. Isso pode colocar a criança sob pressão de obtenção de resultados e mina a auto-confiança que começa a formar-se.
- Reconhecimento da singularidade significa dar tempo a cada criança para o seu desenvolvimento individual. Segundo o provérbio, a erva não cresce mais depressa se se puxar por ela.
- As observações depreciativas que atingem a criança como pessoa, dão à criança a sensação de que é recusada. A criança tem de notar: “É o que faço que incomoda os meus pais e os faz irritar. Eles não se irritam com a minha pessoa.”
- A criança sente-se amada e aceite quando o ponto fulcral é a estima e mãe, pai e outras pessoas de referência olham para os seus pontos fortes e capacidades e não para os seus pontos fracos.



# ”Eu quero ser forte e preciso de ... ..confiança nas minhas capacidades“.

**Acredito em mim próprio e estou convencido de que posso conseguir algo com as minhas próprias forças. Foi isso que aprendi convosco. Posso confiar na minha mãe e no meu pai, sinto que me dão suporte e apoio.**

- Quando sinalizo que necessito de alguma coisa, é bom para mim que alguém venha logo ter comigo.
- Quero ser activo, participar no dia-a-dia e descobrir aquilo que gostaria de fazer.
- Exploro as coisas, imito, repito e faço de conta. Apoiem-me, pois essa é a forma de eu aprender.
- Eu próprio descobri algo que gostaria de mostrar. Alegrem-se comigo. Isso dá-me vontade de fazer mais coisas.

- O lactente, quando sinaliza nos primeiros meses de vida que precisa de alguém e a mãe, o pai ou uma outra pessoa familiar vierem ter com ele, vive uma experiência de auto-eficiência.
- A criança adquire confiança na sua própria actividade se puder participar nos cuidados de

asseio e tiver uma palavra a dizer em relação à comida, se tiver sempre a oportunidade de descobrir por si própria a forma como quer passar um determinado período do dia. Estas experiências fortalecem a sua auto-confiança e desenvolvem a consciência de si mesma.

- As formas de comportamento infantil típicas são a averiguação, a investigação, a descoberta e a repetição de determinadas sequências, a imitação e o fazer de conta. Este é o caminho que leva à formação da criança e à constituição da sua história de formação. Esta formação distingue-se da formação vinda do exterior, independentemente das condições prévias da criança.
- Descobrir algo por si, ocupar-se de alguma coisa, poder relatá-la e conseguir com isso reconhecimento no seu meio são aspectos que constroem o sentimento de auto-estima da criança. É aí que assenta a posterior disposição da criança para absorver conhecimentos do exterior num ambiente emocional positivo e assimilá-los activamente.
- As crianças auto-eficientes não se coíbem de explorar o seu mundo. Elas possuem uma vontade de aprendizagem natural.



# ”Eu quero ser forte e preciso de ... ... um ambiente de desenvolvi- mento estimulante”.

**Para poder desenvolver-me bem, preciso de atenção e de um ambiente estimulante que favoreça a minha necessidade de conhecimento. Preciso de ter um grupo de crianças e adultos à minha volta e de materiais para me entreter à minha maneira e experimentar.**

- Quero estimular e apurar todos os meus sentidos. Dêem-me a possibilidade disso.
- Dêem-me materiais comuns. Sou curioso e gosto de explorar.
- Preciso de um ambiente que estimule os meus sentidos e a minha necessidade inata de movimento. Assim, desenvolvo-me com as minhas próprias forças.
- Falem, riem e ocupem-se de mim. Façam com que eu também possa estar junto de outros adultos e crianças.
- Mesmo quando estou a descobrir coisas novas ou estou com outros adultos e crianças, é importante ter uma pessoa familiar na proximidade.
- Desafiem a minha curiosidade, eu descubro o meu meio activamente.

- No início da vida, a criança tem necessidade de ser amparada, transportada e protegida contra as sensações excessivas. À medida que o desenvolvimento progride, ela necessita de um ambiente de desenvolvimento adaptado a si, que estimule todos os sentidos – ouvido, vista, olfacto, paladar e tacto – e permita movimento.
- Num ambiente de desenvolvimento estimulante para lactentes e bebés, o aparelho de televisão e o computador não podem ter lugar.
- Independentemente do ambiente em que a criança nasceu, há sempre materiais que despertam a sua curiosidade e que ela selecciona e experimenta conforme os seus interesses. As coisas inúteis que existem em todos os lares estimulam a fantasia das crianças e desafiam a sua criatividade.
- Num ambiente que estimule os sentidos e permita movimento, o momento de amadurecimento do passo de desenvolvimento seguinte, p. ex., quando a criança se endireita com as próprias forças para se sentar, quando consegue dar os primeiros passos sozinha, acontece automaticamente.
- No início, mãe e pai fazem parte, predominantemente, desse ambiente estimulante adaptado ao desenvolvimento da criança. Eles embalam a criança nos braços, conversam, riem e alegram-se com ela, cantam, dançam, deixam-na ouvir música, vêm livros ilustrados com ela, contam histórias,



dão-lhe espaço para descobrir o seu mundo com autonomia própria. Com o tempo, a criança deve conhecer novas pessoas de referência e outras crianças e ocupar-se delas. Quer em casa, quer num ambiente estranho, a criança vai ter de se envolver com as pessoas mais diversas.

- É importante para a criança poder contar com a pessoa de referência familiar no momento em que descobre e conhece um ambiente novo e outras pessoas. A sua presença é uma base segura para a criança e permite-lhe procurar coisas novas e descobrir coisas desconhecidas.
- Num ambiente estimulante, mãe e pai desafiam a criatividade da criança, influenciando assim, decisivamente, o seu desenvolvimento. A criança começa então a exercer actividades por iniciativa própria e não fica a aguardar apenas que o mundo exterior determine ou lhe ofereça algo.



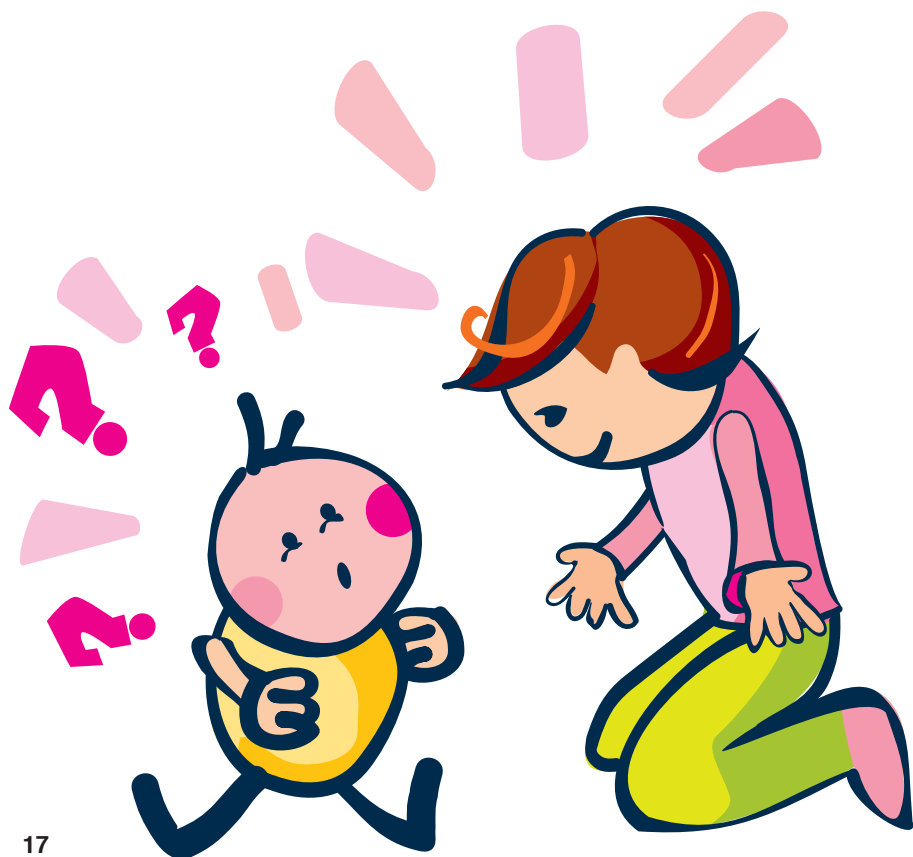
# ”Eu quero ser forte e preciso de ... ... orientação“.

**Para poder orientar-me e sentir-me à vontade no dia-a-dia, preciso de pessoas de referência que estejam ao meu lado. Preciso de estruturas diárias fixas, preciso de regras sobre a vida em comum e de rituais. Assim, consigo ser forte.**

- Felizmente, posso orientar-me totalmente com a mãe e o pai nos primeiros meses de vida.
- As minhas experiências diárias ficam gravadas profundamente no meu cérebro.
- Preciso de um objecto familiar em que possa tocar e cheirar. Isso tranquiliza-me e dá-me segurança.
- Se vocês me integrarem nas acções diárias, com o tempo posso participar e ter prazer nelas.
- Uma rotina diária regrada pode dar-me segurança.
- Dou importância a um enquadramento vinculativo adaptado ao meu desenvolvimento, em que me possa orientar e movimentar livremente.
- Começo a dizer “não” e “eu”. Dêem-me apoio e tempo para aprender a desenvolver e afirmar a minha autonomia.

- Após o parto, o recém-nascido mergulha num ambiente que lhe é totalmente desconhecido. Apercebe-se do dia e da noite. Está exposto a ruídos desconhecidos, odores novos. Mas, mãe e pai estão sempre lá. A sua presença torna-se a primeira orientação para a vida nova.
- São as atenções regulares, os eventos que se repetem constantemente, as experiências diárias com o asseio e a alimentação que ficam gravadas como marcas no cérebro dos lactentes e das crianças mais pequenas.
- O próprio lactente descobre as acções regulares – como chupar no polegar, acariciar a ponta do nariz, apertar um pequeno animal de peluche no braço. Para ele, isto pode significar tranquilidade e orientação.
- As acções diárias, como colocar a fralda, tomar banho, vestir e despir devem seguir uma sequência tranquila e estável e orientar-se pelos sinais da criança. Assim, a criança tem a possibilidade de ela própria ajudar e ter prazer nisso.

- Em linhas gerais, as rotinas diárias regradas, tais como comer, entreter-se e dormir, em conexão com rituais constantes como as histórias para adormecer e muitos outros, criam um enquadramento de confiança para a criança.
- No segundo ano de vida é importante que a vida familiar se paute por directrizes claras. O que durante o primeiro ano de vida se desenvolveu em termos de sequências, rituais e estruturas, adquire vinculação pedagógica e alarga-se à respectiva idade da criança.
- Com a maturação das suas capacidades intelectuais e a formação da consciência do eu, a criança descobre que pode dizer não e eu. Ela sonda o seu espaço de comportamento, desafia os pais e testa a coerência do seu comportamento. É importante saber que o respeito das regras constitui um processo de aprendizagem. Este processo necessita de tempo e coerência. A fase de autonomia que se inicia agora é uma fase totalmente normal e importante para o desenvolvimento da personalidade e necessita que os pais lhe dêem uma “liberdade com limites”, que oriente, apoie e promova a autonomia da criança.



# Explicações

**Para um desenvolvimento bem sucedido, todos os recém-nascidos e bebés necessitam de uma pessoa de referência, no mínimo, que lhes permita construir uma ligação segura. Essa pessoa de referência possui uma atitude pedagógica marcada pela sensibilidade. Ela deve guiar-se pela individualidade infantil e oferecer à criança espaço para a actividade própria.**

Os conhecimentos resultantes da investigação científica dos últimos 30 anos constituem a base das oito mensagens nesta brochura. Pretende-se, com estas mensagens, proporcionar o conhecimento daquilo que uma criança necessita para ser forte, durante a gravidez e os primeiros três anos de vida.

Foram efectuadas investigações sobre o desenvolvimento precoce em várias culturas e países do mundo. Por isso, as consequências daí resultantes aplicam-se a todas as crianças, independentemente do local em que crescem.

O recém-nascido gosta de se relacionar com pessoas desde o primeiro momento de vida. Os novos conhecimentos mostram que a assistência, a educação e a auto-formação de uma criança se efectuam, em primeiro lugar, através do relacionamento. Estas três noções estabeleceram-se na pedagogia actual dos recém-nascidos e bebés. Elas clarificam a matéria que está em discussão.

Por assistência entendemos atenção, alimentação e cuidados. Com uma assistência com sensibilidade construímos uma ligação segura com a criança e asseguramos-lhe protecção física e psíquica.

Por educação entendemos as actividades com que as pessoas de referência estimulam os processos de desenvolvimento sócio-emocionais, físicos e cognitivos individuais da criança, sustentado o seu desenvolvimento posterior. A configuração do ambiente mais restrito e do mais amplo também faz parte destas actividades.

Com educação damos à criança a ferramenta para alargar as suas capacidades individuais. O objectivo é que consiga vencer os seus desafios individuais com auto-determinação e de forma diferenciada.

Quando os pais asseguram à criança assistência e educação neste sentido, criam o melhor fundamento para o desenvolvimento das suas forças de auto-formação: então, ela pode formar-se no seu ambiente social.

A formação na idade dos recém-nascidos e dos bebés efectua-se através dos sentidos. A criança ocupa-se do “mundo” com actividade própria. As experiências repetitivas são memorizadas, juntamente com as sensações e sentimentos a elas associados.

**Esta formação – que é definida como auto-formação – é a base para a criança viver, compreender e dominar as suas relações futuras consigo, com os outros e com o seu mundo.**

# Forte graças ao relacionamento: De que necessitam mães e pais?

## Mães e pais são portadores de várias coisas

Mães e pais possuem capacidades naturais para o seu comportamento se orientar pela criança.

- Mantêm o rosto à distância de cerca de 20 cm – assim, o recém-nascido pode vê-los nitidamente;
- Imitam os sons infantis e falam com melodia – isto é importante para o desenvolvimento da fala na criança;
- O aspecto engraçado do seu/sua pequenino(a) desencadeia neles um comportamento espontâneo de solicitude.

## Mães e pais necessitam de tempo

Tempo para poderem estar à altura das múltiplas tarefas como pais. Tempo para se poderem familiarizar com a criança e a conhecer cada vez melhor na sua singularidade.

- Todas as crianças recebem dos pais o tempo de que necessitam. Este tempo é diferente de criança para criança e depende se se trata da primeira criança ou se já existem irmãos.
- Mãe e pai também necessitam de tempo para si próprios e para vencer os múltiplos desafios que se colocam.
- Um acompanhamento fortalecedor do relacionamento exige alegria, interesse e “ser suficientemente bons”.

## Mães e os pais necessitam de um ambiente de estima e encorajamento

O acompanhamento de lactentes e bebés é uma tarefa gratificante e feliz. Contudo, coloca mães e pais perante situações de desafio. Frequentemente, o sono dos pais é interrompido e estes nem sempre compreendem logo porque razão o seu bebé chora e porque razão não conseguem tranquilizá-lo imediatamente. Por isso, necessitam de um ambiente compreensivo que participe, encoraje e proporcione também alívio.

## Mães e pais necessitam de redes

As redes permitem intercâmbio, informação, alívio e ofertas de acompanhamento profissional.

As conversas francas e espontâneas com as outras mães e pais têm um efeito de apoio.

Cercados por uma atmosfera compreensiva, mães e pais adquirem confiança nas suas capacidades de assistência e educação. Aprendem a ouvir o que o instinto lhes diz para avaliar uma situação.

Consoante as condições de vida de uma família, alívios na casa ou na assistência diária da criança podem ser benéficos.

Se ocorrerem situações em que os pais já não sabem o que fazer ou em que são levados aos seus próprios limites, existem técnicos que informam e podem prestar alívio através do diálogo. Eles acompanham mães e pais de forma profissional através dos tempos desafiantes.

# Elternbildung CH

## O melhor apoio para aqueles que querem ser pais

**De repente, chega o bebé. E nada mais é como dantes.**

Durante a gravidez, tudo era ainda muito distante e praticamente impalpável. E agora? Tudo se altera. Toda a vida, a profissão, o ambiente. O bebé realmente é encantador, mas o que acontece quando chora durante mais tempo, quando não é possível tranquilizá-lo, quando atingimos os nossos limites? O que temos de fazer realmente para sermos bons pais?

A formação dos pais pode responder a muitas questões, mostra-lhes os seus pontos fortes, dá-lhes coragem, une-os, estimula-os para as situações novas e dá-lhes maior segurança nas suas funções educativas diárias. A formação dos pais é multifacetada: Reuniões individuais, cursos com diversos módulos, ofertas de diálogo e para grupos, conselheiros e ofertas on-line cobrem as diversas necessidades dos pais. Como associação central com cerca de 1000 organizações que oferecem formação de pais na Suíça, a Elternbildung CH concentra e coordena as áreas da formação, relações públicas e questões de qualidade. A Elternbildung CH oferece uma vasta plataforma informativa com reuniões, edita publicações e pratica relações públicas para pais, técnicos e media.

Informe-se sobre as várias ofertas ou cursos na sua região: [www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)

## Jacobs Foundation

A Jacobs Foundation, fundação privada domiciliada em Zurique, foi fundada em 1988 pelo empresário Klaus J. Jacobs. Dedicar-se, desde então, à área temática “Productive Youth Development” (PYD) e possui, actualmente, uma experiência de décadas na promoção da ciência e programas concretos de intervenção e sua implementação na área do desenvolvimento de crianças e jovens. Por Productive Youth Development, a fundação entende uma concepção de desenvolvimento para crianças e jovens, que realça as possibilidades de desenvolvimento positivas das crianças e dos jovens. Os seus métodos e princípios obrigam a fundação à excelência científica e aos fundamentos da evidência. Com o seu investimento de 200 milhões de Euros na Jacobs University Bremen (2006), a fundação coloca novos padrões na área da promoção privada.

Partindo da convicção de que a promoção precoce das crianças exerce uma influência de peso sobre as suas oportunidades de desenvolvimento ulteriores, a formação e educação precoce das crianças com risco de desenvolvimento constitui um dos temas centrais da Jacobs Foundation. Para esse efeito, a fundação apoia, desde há alguns anos, no espaço linguístico alemão, os mais diversos projectos de investigação e intervenção relacionados com esta área temática. Neste caso, é inquestionável o papel central dos pais e da família no desenvolvimento saudável das crianças nos primeiros anos de vida. Neste sentido, a fundação advoga que os programas de desenvolvimento precoce globais integrem toda a família, reforçando, por exemplo, as competências educativas dos pais – sobretudo das famílias desfavorecidas e não envolvidas na formação dos filhos. A campanha “Forte graças ao relacionamento” constitui um passo importante nessa direcção.

# Links úteis

Reuniões para a formação dos pais

Aconselhamento de mães e pais

S.O.S. para os pais

Protecção de crianças na Suíça

Pro Juventute

Pro Família

Associação dos infantários da Suíça

Centros familiares

Organizações de pais

Conciliação de profissão e família

Educadores solitários

Pais

Lobby das crianças na Suíça

Questões orçamentais

Famílias interculturais

Várias questões

Teste da força dos pais

Famílias que tomam conta de crianças  
durante o dia na Suíça

Gémeos

Bebés que gritam

Pais em situação de emergência

Fundação Crianças e Violência

[www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)

[www.muetterberatung.ch](http://www.muetterberatung.ch)

[www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch), Tel. 044 261 88 66

[www.kinderschutz.ch](http://www.kinderschutz.ch)

[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)

[www.profamilia.ch](http://www.profamilia.ch)

[www.kitas.ch](http://www.kitas.ch)

[www.muetterzentrum.ch](http://www.muetterzentrum.ch)

[www.sveo.ch](http://www.sveo.ch)

[www.plusplus.ch](http://www.plusplus.ch)

[www.einelternfamilie.ch](http://www.einelternfamilie.ch)

[www.vaeter.ch](http://www.vaeter.ch)

[www.kinderlobby.ch](http://www.kinderlobby.ch)

[www.budgetberatung.ch](http://www.budgetberatung.ch)

[www.binational.ch](http://www.binational.ch)

[www.familienhandbuch.ch](http://www.familienhandbuch.ch)

[www.elternbildung.zh.ch/elternstaerkentest](http://www.elternbildung.zh.ch/elternstaerkentest)

[www.tagesfamilien.ch](http://www.tagesfamilien.ch)

[www.zwillinge.ch](http://www.zwillinge.ch)

[www.schreibbabyhilfe.ch](http://www.schreibbabyhilfe.ch)

[www.muetterhilfe.ch](http://www.muetterhilfe.ch)

[www.kinderundgewalt.ch](http://www.kinderundgewalt.ch)

Na página da web [www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch) encontra-se uma lista dos livros que vale a pena ler

## Impresso

Ideia, concepção geral e realização: Elternbildung CH, Zürich

Concepção e textos: Margrit Hungerbühler-Räber, Kathrin Keller-Schuhmacher, F-NETZ Nordwestschweiz, Basileia

Pareceres técnicos: Dr. Joachim Bensele, Dr. Julia Berkic, Dr. Rüdiger Posth

Processamento de texto: Ueli Gröbli, Lupsingen

Tradução: Interserv AG, Zürich

Grafismo: Peter Lichtensteiger, Zürich

Ilustrações: Agência publicitária Schultze, Walther e Zahel, Nuremberga

Impressão: Triner AG, Schwyz

Participaram nesta brochura: Marlies Bieri, Rita Bieri, Sabine Brunner, Adelheid Debrunner, Viviane Fenter, Pia Fontana, Margrit Geertsen, Sandro Giuliani, Gaston Haas, Daniel Habegger, Madeleine Lüdi, Maya Mulle, Elisabeth Schneider, Andy Tschümperlin, Urs Ziegler

© 2010



## Um projecto de parceria da Elternbildung CH com a Jacobs Foundation

Jacobs Foundation  
Seefeldquai 17  
P.O. Box  
CH-8034 Zürich

Elternbildung CH  
Steinwiesstrasse 2  
CH-8032 Zürich

Tel.: +41 44 388 61 26  
Fax: +41 44 388 61 37

+41 44 253 60 60  
+41 44 253 60 66

[www.jacobsfoundation.org](http://www.jacobsfoundation.org)

[info@elternbildung.ch](mailto:info@elternbildung.ch)  
[www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)



*elternbildung ch*  
*formation des parents ch*  
*formazione dei genitori ch*

Agradecemos às seguintes organizações o apoio prestado à campanha "Forte graças ao relacionamento":

Departamento Federal para a Migração, Departamento Federal para o Seguro Social, SevenOne Media (Suíça) AG, Victorinox,  
Apoiado pelo cantão de Zug, Apoiado pelo crédito de integração do Governo Federal.

