

7 maneiras de viver uma maternidade mais leve

ABRACE, BEIJE, AME INCONDICIONALMENTE

Deixe seu filho ter certeza do quanto você o ama e respeita

VALORIZE AS PEQUENAS CONQUISTAS

Para nós parecem pequenas mas para eles são grandes progressos! Celebre com o seu filho cada aprendizado novo

TRANSFORME TUDO EM BRINCADEIRA

A calma educa, a raiva não. Busque oportunidades de transformar momentos de tensão em brincadeiras

ENXERGUE SEU FILHO COMO UM ADULTO EM CONSTRUÇÃO

Trate-o com respeito, educação, carinho e empatia

ACEITE O PACOTE COMPLETO

A conexão mãe-e-filho é linda e as demandas da maternidade são de surtar mas tudo faz parte do pacote. Aceite a realidade e não se culpe.

SEJA CONSISTENTE

Não é não, sim é sim, independente dos protestos das crianças ou dos outros adultos 😊

NÃO LEVE COMPORTAMENTOS INADEQUADOS PARA O LADO PESSOAL

Seu filho está apenas aprendendo a lidar com as emoções