

materia
no site

**Qualidades e
Virtudes dos Pais
Responsáveis:
Modelando uma
Autoridade
Positiva**
Antônio Sérgio de
Araújo

EPB ESCOLA
DE PAIS
DO BRASIL



De uma hora para outra, a rotina se transforma, as responsabilidades aumentam, o tempo livre

... o nascimento de uma
criança é um marco na vida
de qualquer pessoa ...

diminui e os
dias ficam
mais cheios
de vida. Pois

é, o nascimento de uma criança é um marco na vida de qualquer pessoa! Mas... E os pais? Onde entram nessa história? Em tudo,oras! Felizmente, temos visto que, cada vez mais, os homens têm participado da criação dos filhos e filhas. Afinal, não poderia ser de outro jeito, não é mesmo?



O que é ser pai?

Qual é o significado completo desse papel?

A figura paterna desempenha um papel crucial no desenvolvimento dos filhos. Pais responsáveis e atenciosos desempenham não apenas um papel de provedores, mas também são modelos de autoridade e guias para os seus filhos. Neste artigo, vamos explorar as qualidades e virtudes dos pais responsáveis e discutir o modelo de autoridade adequado para criar crianças saudáveis e equilibradas.

O pai que cuida do bebê não "ajuda", apenas exerce a paternidade

Essa afirmação sugere que quando um pai cuidar do bebê não é uma tarefa opcional ou secundária para o pai cuida de seu bebê, não deve ser considerado como uma ajuda, mas sim como uma parte essencial de sua função como pai. Em outras palavras, cuidar do bebê não é uma tarefa opcional ou secundária para o pai, mas sim uma responsabilidade fundamental e natural que faz parte de sua função de exercer a paternidade.

... cuidar do bebê não é uma tarefa opcional ou secundária para o pai ...



O pai que acalma o choro do bebê, que o balança no colo, que troca as fraldas e que lhe ensina as primeiras palavras não está “ajudando” a mãe, está exercendo o papel mais maravilhoso e responsável de sua vida: o da paternidade.

Nos dias de hoje, e para a nossa surpresa, continuamos a ouvir muitas pessoas dizendo

... “meu marido me ajuda com as tarefas de casa”...

em voz alta a clássica frase “meu marido me ajuda com as tarefas de

casa” ou “eu ajudo a minha esposa a cuidar das crianças”. É como se as tarefas e as responsabilidades de uma casa e de uma família tivessem patrimônio, uma característica associada ao gênero e que ainda não evoluiu nada nos nossos padrões de pensamento.

A figura do pai é igualmente relevante à de uma mãe. Contudo, é claro que o primeiro vínculo de apego do recém-nascido durante os primeiros meses se centra na figura materna. No entanto, atualmente a clássica imagem do progenitor cujo foco é a férrea autoridade e o sustento básico do lar deixou de ser sustentável e deve ser invalidada.

“Pai não ajuda, pai cria”



Características que definem pais responsáveis e como eles podem exercer uma autoridade construtiva.

Ser pai é um papel significativo e desafiador, pois os pais têm a responsabilidade de moldar o futuro de seus filhos. No entanto, a figura paterna vai além do conceito tradicional de autoridade rígida e distante. Os pais responsáveis desempenham um papel fundamental no desenvolvimento saudável e feliz de seus filhos, demonstrando qualidades e virtudes que os transformam em modelos de autoridade positiva.

Amor incondicional:

Uma qualidade essencial dos pais responsáveis é o amor incondicional pelos filhos. Essa forma de amor genuíno e sem restrições cria um ambiente seguro e acolhedor, permitindo que os filhos se desenvolvam com confiança e autoestima. Os pais que demonstram amor incondicional ajudam a fortalecer o vínculo afetivo com seus filhos e promovem um senso de segurança emocional.

Comunicação aberta e empática:

A comunicação é um elemento crucial na relação entre pais e filhos. Pais responsáveis valorizam a escuta ativa, buscando entender as necessidades, preocupações e emoções de seus filhos. Eles criam um ambiente de diálogo aberto e respeitoso, onde os filhos se sentem à vontade para expressar seus pensamentos e



sentimentos. A empatia é fundamental nessa comunicação, permitindo que os pais compreendam verdadeiramente a perspectiva de seus filhos.

Presença e envolvimento ativo:

A presença e o envolvimento ativo são características fundamentais dos pais responsáveis. Eles dedicam tempo de qualidade aos filhos, participando ativamente de suas vidas diárias. Os pais responsáveis estão presentes em momentos importantes, como refeições em família, atividades escolares e eventos sociais, lúdicos e esportivos. Eles se interessam pelas conquistas e desafios de seus filhos, demonstrando apoio e encorajamento em todas as etapas.

Consistência e limites saudáveis:

Os pais responsáveis estabelecem limites claros e consistentes para seus filhos, ajudando-os a desenvolver um senso de disciplina e responsabilidade. Eles criam um ambiente estruturado, onde os filhos entendem as regras e as consequências de suas ações. No entanto, a imposição de limites é equilibrada com uma abordagem compreensiva e orientadora, garantindo que as expectativas sejam realistas e apropriadas em cada fase do desenvolvimento de acordo com a idade.



Exemplo e modelagem de comportamento:

Os pais responsáveis reconhecem que suas ações falam mais alto do que suas palavras. Eles se esforçam para ser exemplos positivos para seus filhos, praticando os valores e virtudes que desejam ensinar. Essa coerência entre palavras e ações fortalece a credibilidade dos pais e influencia o comportamento e o desenvolvimento moral dos filhos.

Fomento da autonomia e tomada de decisões:

Os pais responsáveis valorizam a autonomia de seus filhos e encorajam a tomada de decisões assertivas. Eles permitem que seus filhos aprendam com seus erros, desenvolvam habilidades de resolução de problemas e adquiram confiança em suas capacidades. Os pais responsáveis oferecem orientação e apoio, capacitando os filhos a se tornarem indivíduos independentes e responsáveis.

Um amor de pai: como a paternidade muda o homem

A paternidade muda a vida de um homem. Mas você sabia que ela pode mudar o cérebro também? Isso mesmo. Não apenas o psicológico masculino fica mexido, como o cérebro do pai se transformam com a chegada de um filho.



Desde os últimos meses da gravidez até os primeiros meses de vida da criança, aumenta no organismo masculino a produção de ocitocina, popularmente conhecido como hormônio do amor, que é liberado, por exemplo, em situações de afeto e que ajuda a fortalecer o vínculo com o bebê. Portanto, a paternidade também traz mudanças no cérebro relacionadas ao desenvolvimento de novas conexões neurais ligadas à capacidade de cuidar e criar uma criança.

... a paternidade também traz mudanças no cérebro...

O Cérebro masculino muda após paternidade.

Algo que todos nós sabemos é que o cérebro das mães passa por mudanças assombrosas durante a criação de um bebê. A própria gravidez, a amamentação, assim como a tarefa de cuidar da criança todos os dias favorecem uma reestruturação cerebral com fins adaptativos. É algo impressionante. Além de a ocitocina aumentar, as sinapses neuronais mudam para aumentar a sensibilidade e a percepção para que a mulher possa reconhecer o estado emocional de seu bebê.



Mas o que acontece com o pai?

Será que ele é um mero espectador biologicamente imune a tal acontecimento?

Nada disso. O cérebro dos homens também muda, e faz isso de uma forma simplesmente espetacular. Segundo estudos realizados, se um homem exerce um papel primário ao cuidar de seu bebê, ele experimenta a mesma mudança neuronal que uma mulher. Portanto, cuidar de crianças desperta uma rede parental no cérebro ativando até mesmo alguns dos mesmos circuitos nos homens e nas mulheres.

A paternidade pode trazer mudanças significativas no cérebro masculino devido a uma combinação de fatores hormonais, neuroquímicos e sociais. Vários estudos têm demonstrado que a experiência de se tornar pai pode afetar a estrutura e a atividade cerebral de maneiras distintas. O instinto maternal não é exclusivo das mulheres, mas homens também podem desenvolver novas conexões neurais ligadas a capacidade de cuidar e criar uma criança quando se tornam pais.

Os cérebros dos pais mudam com a experiência de cuidar dos filhos", diz Kevin Pelphrey, neurocientista da Universidade de Yale. "O que pensávamos como um circuito puramente maternal também pode ser ativado apenas por ser pai - o que é legal, dada a maneira como nossa cultura está mudando em relação à responsabilidade compartilhada e à igualdade no casamento."



Através de várias imagens do cérebro, retiradas em estudos realizados nos pais, foi possível ver que a atividade de suas amígdalas era 5 vezes mais intensa do que o normal. Esta estrutura é relacionada com o sistema emocional do nosso cérebro com a advertência do perigo e com uma maior sensibilidade ao mundo emocional dos bebês. Dessa forma, sua função é processar e regular nossas memórias, emoções, estruturação e armazenamento de recordações, entre outras coisas.

Desta forma, e este dado pode surpreender a qualquer um, o nível de oxitocina secretada por um pai que exerce o papel de cuidador primário é igual ao de uma mulher que também cumpre seu papel como mãe. Tudo isso nos revela algo que já sabíamos: um pai pode se relacionar com seus filhos no mesmo nível emocional que a mãe.

O que é a oxitocina?

É o hormônio que determina sua capacidade de amar desde o nascimento. Um hormônio comum, secretado pelo corpo humano, poderia, dizem alguns, acabar com a tristeza e erradicar a maldade. "A molécula da moral", "a molécula da confiança", "o hormônio do amor", "a conchinha química"; sabe a sensação de relaxamento ao deitar juntinho com o ser amado? Então... nenhum outro composto químico possui tamanho prestígio como a oxitocina. Hormônio com efeitos bastante conhecidos, é a chave para a felicidade do ser humano.



“Hormônio da felicidade, como poderíamos chamá-la, se transformará, então, em uma ajuda às relações pai e filho”

Finalizando, os pais responsáveis desempenham um papel crucial no crescimento e no bem-estar de seus filhos, exercendo uma autoridade positiva baseada no amor, na comunicação aberta, no envolvimento ativo e no exemplo pessoal. Essas qualidades e virtudes são fundamentais para criar um ambiente familiar saudável, onde os filhos se sentem amados, valorizados e capacitados para alcançar seu potencial máximo. Ao adotar essas características, os pais podem se tornar modelos de autoridade positiva, moldando o caráter e o futuro de seus filhos de maneira significativa.

Sabemos que ter crianças pequenas em casa não é nada fácil. Os pequenos e pequenas demandam muita energia, paciência, cuidado e atenção. Mas de uma coisa não há dúvida: o tempo voa! E, quando você menos esperar, essa fase vai passar. Deixando apenas as saudades!

Portanto, aproveite enquanto é tempo. Permita-se, assim, vivenciar momentos cheios de carinho, diversão, afeto, companheirismo e amor. Afinal, isso é algo que ficará para sempre memória da sua criança ainda quando crescerem e na sua também!

“O tempo voa, aproveite! ”





Antônio Sérgio de Araújo

Psicólogo Clínico e organizacional, com especialização em Psicodrama e Psicoterapia EMDR
Mestre em Teologia e

pastor

Membro do Conselho de Educadores da Escola de Pais do Brasil

Assista em nosso canal:

[SER PAI: o que isso significa?](#)

Leia também em nosso site:

[PAI – você tem ideia do quanto esse papel é importante?](#)

Acesse
nossas
mídias

