

Público-Alvo: Este script é dedicada a todos os pais que têm filhos. Como ajudar os nossos filhos a enfrentar os seus medos? É muito importante os pais saberem que a sua ajuda é de fundamental relevância, na superação de situações de medo e de ansiedade nos seus filhos. Saber de que tem medo o seu filho e ajudá-lo na sua superação. Uma criança será muito mais feliz sabendo que tem ao seu lado uns pais que se preocupam com ela na superação dos seus medos e receios.

Personagens:

Personagens Principais – Marta; Personagens secundárias – A mãe e o pediatra.

ESTRUTURA DA NARRATIVA

Início

A Marta é uma criança muito alegre e brincalhona, que gosta muito dos seus pais e que adora beber o seu leite antes de ir para cama. A Marta tem um quarto muito bonito, cheio de cor e de muitos brinquedos. Desde os seus seis meses que a Marta dorme no seu quarto, gosta da sua bonita cama e dos seus amiguinhos de peluches. A sua adaptação ao quarto foi muito fácil e rápida. No entanto, nos últimos dias a Marta tem chorado muito e reage mal quando a mãe diz que está na hora de ir dormir. A hora de ir dormir passou a ser uma hora muito complicada, quer para a Marta, quer para os seus pais. Perante esta situação, a mãe da Marta decidiu pedir ajuda ao pediatra dela.

Meio

Na última consulta de pediatria, a mãe contou o que se andava a passar. O pediatra explicou que muitas vezes a postura dos pais diante dos medos dos filhos é essencial para que eles possam superá-los, e referiu um conjunto de dicas na superação dos medos da Marta:

Escute o seu filho: É muito importante que escute o seu filho, permitindo-lhe que expresse todos os seus medos. **Fale com o seu filho:** fale com o seu filho sobre os seus receios. Tente saber o que é que o amedronta. **Dê carinhos ao seu filho:** transmita afeto, proteção, tranquilidade e confiança. **Coloque-se no lugar do seu filho:** estimule o seu filho a expressar os seus medos sem sentir-se ridicularizado nem envergonhado. **Apoie o seu filho:** enfrente o problema com o seu filho. Quando ele não for capaz de fazer algo sozinho, tente fazer com ele para que possa mostrar que não é nada demais. **Fique do lado do seu filho:** não perca a oportunidade de ensinar o seu filho como outras pessoas agem com confiança naquelas situações em que ele tem medo. **Transmita confiança ao seu filho:** elogie o seu filho cada vez que ele consiga avançar na superação do medo. **Não dramatize a situação:** quando o seu filho estiver a passar por uma situação de medo, trate de distraí-lo com jogos. **Diga sempre a verdade ao seu filho.** Se seguir estas pequenas dicas vai ver que a Marta irá perceber que não está só nos momentos de angústias e medos.

Fim

Quando em casa a mãe chamou a Marta para ir dormir, a Marta começou a chorar. A mãe perguntou – Porque choras Marta? E a Marta respondeu – A Marta tem medo do escuro.

E a reação da mãe da Marta foi escutar, conversar com calma, dar muitos carinhos e mimos, contar-lhe que ela também quando era criança tinha medo do escuro. Entrou de mão dada com ela pelo quarto, mostrando que nada ali mete medo. Explicou-lhe que no escuro as sombras podem parecer monstros mas que são apenas sombras. Aos poucos a Marta foi perdendo o medo do escuro, e por fim até brincava com a mãe a jogos de espionagem e busca de tesouros com lanternas.

