

melhor site de análise de apostas esportivas - jandlglass.org

Autor: jandlglass.org Palavras-chave: melhor site de análise de apostas esportivas

Abbie e melhor site de análise de apostas esportivas autoestima: uma história de mudança

Eu conheci Abbie quando ela tinha sete anos. Ela era bastante tímida no primeiro encontro no meu clínica de desenvolvimento infantil, inicialmente apenas olhando para o chão e não respondendo a nenhuma pergunta. Sempre fico intrigado quando isso acontece.

Uma parte do meu cérebro está ouvindo a história que o pai está me contando, tentando estabelecer um entendimento compartilhado de suas preocupações, a jornada até agora e o que possivelmente podem ser as prioridades para essa família - mas outra parte do meu cérebro está ouvindo por um "gancho".

Os ganchos são uma forma de motivação, uma maneira de me conectar e incentivar as crianças que eu encontro na clínica. Nós frequentemente conhecemos os ganchos para o pai ou o professor, mas não a criança. Os ganchos para as crianças sempre são diferentes dos de seus pais e professores, e nós não gastamos tempo suficiente para descobrir o que esses são antes de lançarmos nossas tentativas de mudar seu comportamento.

Comecei perguntando a Abbie se ela sabia por que estava lá para me ver. Sem resposta.

Sua mãe, Sally, me disse que Abbie estava realmente lutando academicamente. Os professores disseram que ela era uma alegria de ensinar e nunca causava problemas ou era desconstrutiva, mas notaram que Abbie estava participando menos e menos de atividades **melhor site de análise de apostas esportivas** grupo. Ela passou de frequentemente ser a primeira a levantar a mão para participar a precisar de muita incentivo para tentar responder **melhor site de análise de apostas esportivas** voz alta.

Este aparente falta de confiança também estava afetando-a no recreio, **melhor site de análise de apostas esportivas** termos de socializar com outras crianças. Mais frequentemente do que não, Abbie simplesmente sentava e observava as outras crianças brincarem durante os intervalos. Em vez de aumentar **melhor site de análise de apostas esportivas** participação e confiança na escola, o que deveria ser um grande objetivo para todas as crianças, Abbie estava indo na direção oposta.

Ficou claro para mim que seu autoestima era o problema aqui.

Os três pilares da autoestima saudável

Embora minha própria filha, Yvette, seja muito mais jovem do que Abbie, já estou tentando guiá-la **melhor site de análise de apostas esportivas** direção a uma autoestima estável e segura. Embora eu frequentemente diga que estou orgulhoso dela, também lhe digo que ela deve estar orgulhosa de si mesma quando ela tem sucesso **melhor site de análise de apostas esportivas** algo, como um quebra-cabeça ou compartilhar.

Muitas crianças veem **melhor site de análise de apostas esportivas** autoestima sendo determinada pelo elogio e aceitação de outras pessoas, o que leva a uma fragilidade quando não são elogiadas o suficiente. Também as torna vulneráveis à acusação injusta, como serem ditas menos do que outras devido à **melhor site de análise de apostas esportivas** aparência ou habilidades. Desde cedo, podemos ajudar nossas crianças a ver que **melhor site de análise de apostas esportivas** opinião delas mesmas é mais valiosa do que as opiniões de outras pessoas.

Também tento separar seus esforços da pessoa que ela é. Quando uma criança se comporta mal, é útil separar o comportamento da criança; por exemplo, dizendo que um comportamento específico é cruel **melhor site de análise de apostas esportivas** vez de dizer que a criança é cruel. Nós precisamos fazer o mesmo quando elas têm sucesso, para que as crianças entendam que nosso cuidado e apoio é incondicional e que "boa" ou "má" comportamento não desafiará nosso amor ou apoio a elas. Isso as protege de se sentirem como se não fossem boas o suficiente ou que precisam se comportar bem constantemente para nos manter de seu lado.

Separar a criança de seu comportamento quando ela está tendo sucesso é chamado de "elogio do processo". Em vez de dizer a Yvette que ela é tão inteligente ou boa **melhor site de análise de apostas esportivas** desenhar, o que é chamado de "elogio à pessoa", tento me lembrar de reforçar seu esforço: "Você trabalhou muito nesse desenho e ele ficou lindo."

Outra coisa que faço é garantir que Yvette saiba que ela é valiosa e necessária **melhor site de análise de apostas esportivas** nossa família. Ela tem funções que apenas ela faz, como ajudar-me a barbear, alimentar os vermes e regar as morangueiras. Embora esses pareçam um pouco bobos ou leves, estou tentando mostrar-lhe como importante ela é para a família. Isso é um sentimento que cada criança precisa, não apenas para a segurança de **melhor site de análise de apostas esportivas** autoestima, mas também para quaisquer desafios futuros à **melhor site de análise de apostas esportivas** saúde mental.

Quando realmente estamos lutando, um senso de ser valorizado e necessário por outras pessoas pode nos carregar.

Sanctuários para construir autoestima

A última coluna do que faço para construir a autoestima de Yvette é o que chamo de "sanctuários". Todas as crianças precisam deles e, todos os dias na clínica, ajudamos a construí-los com famílias. Sanctuários são como ritos - atividades que fazemos ou lugares aos quais vamos juntos apenas para alegria. Eles precisam acontecer frequentemente, consistentemente e serem intocáveis.

As famílias precisam ter santuários para todos os membros e cada criança precisa ter alguns para si mesma e cada pai. Cada pessoa precisa realmente desfrutar do santuário para realmente aproveitar a alegria do tempo juntos. Taco Tuesdays não servem se alguém não gosta de comida mexicana e jogar video games com a mãe não se tornará um ritual familiar sagrado se ela não gosta deles também.

O aspecto mais importante dos santuários escolhidos é que eles são intocáveis. Não importa o que mais esteja acontecendo **melhor site de análise de apostas esportivas** nossas vidas, o santuário permanece. São nesses momentos realmente difíceis que podemos provar nosso amor incondicional pelas nossas crianças. Essas atividades são, infelizmente, as primeiras a desaparecer **melhor site de análise de apostas esportivas** lares ocupados, mas elas são muito mais importantes do que fazer a lição de casa e comer nossos vegetais. Saber que você é apreciado e celebrado por **melhor site de análise de apostas esportivas** família é um marco fundamental do desenvolvimento saudável e saúde mental.

Em um discurso na Câmara da Assembleia, o primeiro-ministro das ilhas Washington Misick disse: "A acusação do congressista (Guy Reschenthaler) contra os governos e as pessoas dos turcos ou Caicos não são nada mais que falsidades diabólica."

Uma delegação do Congresso dos EUA viajou para as ilhas **melhor site de análise de apostas esportivas** busca de informações no início desta semana, a fim da libertação das pessoas detidas acusadas pela posse.

Três dos americanos - Michael Lee Evans, Bryan Hagerich e Tyler Wenich- se declararam culpados de posse da munição enquanto viajavam **melhor site de análise de apostas esportivas** Turks and Caicos.

Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: melhor site de análise de apostas esportivas

Palavras-chave: **melhor site de análise de apostas esportivas - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-08-01