

# bet ao vivo - jandlglass.org

Autor: jandlglass.org Palavras-chave: bet ao vivo

---

Reggie Yates 1988 e 2024. [instalar o betano](#) grafia posterior: Simon Webb, Styling Andie Redman Grooming Jodie Hyams Imagem do arquivo cortesia de Reggie Yate  
Reggie Yates é ator, radialista e escritor. Ele fez sua primeira aparição na televisão aos oito anos Desmond's londrina de 1983; apareceu também no Grange Hill Doctor Who and Rastamouse The Pirate Podcast com 18 aC ele se juntou à equipe da 1Xtra para depois tornar-se um regular nas rádio1e Top of the Pop'S (Melhor dos popes). É premiado documentarero que explora identidade globalmente esta política mundial bem como escreve filmes novos 2024m/Mês: WEB  
Ser de uma família imigrante ganesa.

## Como um pais trabalhador, é provável que você se sinta culpado por muitas coisas

Como pais trabalhador, é provável que você se sinta culpado por muitas coisas, como refeições ou lanches práticos; não estar atento a todas as anúncios da escola/creche; desfiles de livros escolares mal-feitos; e até mesmo gritar público para os filhos porque estava com fome.

## A falta de brincadeiras com os filhos é uma das coisas pelas quais nossos pais se sentem mais culpados

Mas, se as minhas conversas com pais são alguma coisa para se por, não brincar o suficiente com nossos filhos é uma das coisas pelas quais nós, pais, nos sentimos mais culpados, e, no entanto, muitos de nós estamos muito exaustos para fazer algo a respeito: é apenas mais uma coisa para adicionarmos à nossa lista de tarefas.

No entanto, a pesquisa mostra que a brincadeira é um dos elementos mais fundamentais do desenvolvimento de uma criança, crítico para construir sua inteligência emocional e, portanto, sua maneira de se conectar e se relacionar com outras pessoas.

## Brincadeira é fundamental para o desenvolvimento da consciência social

"A brincadeira é realmente importante para o desenvolvimento da consciência social: como nós reagimos e respondemos aos outros, reconhecemos nossas próprias intenções e como nós nos envolvemos com nossas próprias emoções", diz o prof Adam Guastella, titular da cadeira Michael Crouch saúde mental infantil e juvenil no Sydney Children's Hospital Westmead e no Brain and Mind Centre da Universidade de Sydney.

A inteligência emocional, diz ele, pode ser natural para algumas pessoas da mesma forma que as habilidades acadêmicas e esportivas, mas a maior parte da inteligência emocional de uma criança é desenvolvida seu ambiente de cuidado, o que lhes permite se engajar e reciprocitar com outras pessoas, aprender sobre si mesmos e gerenciar seus grupos de pares e na escola.

## Como facilitar tempo de brincadeira de qualidade se estivermos tão sem tempo (e exaustos)?

Guastella diz que se trata de encontrar os filhos onde eles estão.

"A brincadeira ensina aos filhos todas essas maravilhosas habilidades e ensina crianças de maneira dinâmica [porque] é no momento e não há regras", diz ele. "Tudo é sobre 'oportunidades

incidentais'. Isso depende do momento do dia, dos recursos de que você dispõe ao seu redor e do que funciona para você e sua criança. Sua criança é uma que realmente se envolve brincadeiras um playground ou chutando uma bola de futebol, ou outro lugar?"

O local onde você acontecer estar não importa, desde que haja um "linguístico back and forth" entre o cuidador e a criança que se inclina para a criatividade da criança e no envolvimento de seu ambiente. Leitura compartilhada de livros que é incorporada à rotina do dia é uma das coisas mais fáceis de implementar, diz Guastella, mas isso requer que nosso próprio desacelerarmos também: "Uma das coisas que a leitura compartilhada de livros faz é criar uma estrutura de tempo - há uma rotina quanto a quando ocorre, geralmente à hora de dormir, quando pouco mais está acontecendo e as pessoas podem relaxar, então a atenção de sua criança não estará outras coisas."

A coach de pais Genevieve Muir diz que brincar juntos não precisa levar muito tempo, desde que estejamos deixando "nossas crianças saberem que elas são o centro de nosso universo" por um curto período de tempo.

"Investir 10 minutos de brincadeira pode realmente atender às necessidades emocionais dos filhos e, portanto, encorajar mais brincadeiras independentes", ela diz. "Brincadeira é considerada o 'trabalho da infância' - é como eles aprendem. Não é nossa função sempre brincar com nossos filhos. A brincadeira é o mundo e o trabalho deles, mas podemos ajudá-los a desenvolver habilidades se juntarmos à diversão por apenas pequenos intervalos."

Ela também diz que a brincadeira é essencial para crianças neurodiversas e menos verbais, que "podem ser capazes de expressar suas opiniões, experiências e até mesmo suas frustrações através da brincadeira"; ou para crianças que estão lutando com determinadas coisas seu dia, como a entrega do creche ou ciúmes de um bebê recém-nascido. "Brincar" essas experiências com um pai, ela diz, dá a elas "a chance de processar essas emoções grandes".

Mesmo atravessando as rotinas rotineiras da vida cotidiana, pode haver uma oportunidade de trazer brincadeira. Muir sugere um "quem pode pular uma perna até o carro" para abaixar o cortisol crianças; ou um jogo divertido para uma criança que não quer ir para a creche, onde os pais usam sapatos e brinquedos para falar; e até mesmo brincadeiras grossas e desajeitadas para ensinar aos filhos a serem gentis, enquanto também estão esgotando sua energia.

Independentemente do que você escolher, Guastella diz que é essencial que seja centrado no filho: deixando as crianças liderarem vez de ser mais diretivo; fornecendo "orientação emocional, o que ajuda elas a regular e se engajar melhor suas ou outras emoções"; e usando "ótimas habilidades de escuta para construir mais oportunidades criativas e reflexivas", especialmente para perspectiva e resolução de problemas que durarão por toda a vida adulta.

"Praticar e explicar o que pode estar acontecendo com a outra pessoa e entender suas necessidades é fundamental para boas relações, e ser capaz de se integrar e responder a pessoas dessa forma promove uma maior função ocupacional todo o espectro", ele diz.

---

### **Informações do documento:**

Autor: [jandlglass.org](http://jandlglass.org)

Assunto: bet ao vivo

Palavras-chave: **bet ao vivo - [jandlglass.org](http://jandlglass.org)**

Data de lançamento de: 2024-12-05