

## **Psicóloga orienta quem tem medo das férias escolares com as crianças**

---

O mês de julho com férias escolares se aproxima e o período pode representar um tormento para muitos pais. Nesta época, de todos os lados somos bombardeados com anúncios, artigos e dicas cujo único propósito é "ajudar pais e filhos a passarem férias agradáveis". Evidentemente, trata-se de mais uma forma de incentivar o consumo e que, mesmo sem perceber, todos reagimos de uma maneira ou de outra.

“Na verdade, toda essa propaganda acaba sedimentando a ideia de que ‘lá vem bomba’, e que teremos que enfrentar uma ‘verdadeira batalha’ em casa, com necessidade de ‘munição’ para enfrentá-la. Pois, neste tipo de pensamento é que acabamos tratando as férias como um mal necessário, inevitável e que precisamos suportar pacientemente até o reinício das atividades escolares”, afirma a psicóloga e hipnoterapeuta Yafit Laniado, criadora da Relacionamentoria, consultoria especializada no relacionamento entre pais e filhos.

Yafit explica como a preocupação e a expectativa excessiva dos pais podem se materializar, de fato, em dias difíceis. “Estamos acostumados a pensar que as crianças ficarão entediadas, que é nossa função, enquanto pais, entretê-las e garantir que se divirtam. E enquanto elas estão ansiosas para simplesmente não fazer nada, dormir até tarde, ficar de pijama até a hora do almoço e brincar com os vizinhos no playground, nós transmitimos inconscientemente nosso medo de que a ‘casa vai virar de cabeça para baixo’”. Aí, nossa expectativa é de que as férias serão um período difícil, onde o caos vai reinar absoluto e que estaremos perdidos se não encontrarmos alguma coisa para as crianças fazerem. Finalmente, como num passe de mágica, essa expectativa acaba por se materializar”.

Para evitar que o período de férias provoque medo dos pais, Yafit aconselha, antes de tudo, mudança de pensamento. “Nada de colocar na cabeça obrigações como ‘tenho que garantir que meus filhos não fiquem entediados e que as férias sejam cheias de momentos felizes’, ‘preciso proporcionar passeios e atividades especiais para que eles não fiquem emburrados e tristes’, ou ainda ‘preciso fazer algo especial, para que as crianças se divirtam e não tenham férias horríveis’”.

A psicóloga lembra que a expectativa pode se transformar em realidade. “Basta esperar que as crianças fiquem entediadas, tristes e insatisfeitas nas férias na impossibilidade de grandes programações e assim ficarão. Por isso, não tenha

esse tipo de expectativa negativa.

O segundo ponto tem relação com o fato de acreditamos que o tédio é nocivo para as crianças e que nós, como pais, temos que evitar a todo custo.

“O tédio, o ócio, a monotonia têm sua função! O sociólogo italiano Domenico De Masi desenvolveu toda uma teoria, escreveu um livro e cunhou o termo ‘ócio criativo’, onde a mente está livre para exercer a criatividade. Nesse sentido, é preciso refletir: quem está entediado, você ou a criança? Quem deve procurar com o que se ocupar, você ou a criança? Quem disse que a criança não precisa lidar com o próprio tédio?”

“Evidentemente, colônias de férias, visitas ao zoológico, aquários, parques de diversão, teatro e viagens são ótimas opções para quem pode pagar por esses divertimentos, que convenhamos, não são baratos. Agora, ainda que nada disso possa ser programado, as férias podem e devem sim ser um período muito divertido para toda a família, mesmo sem grandes viagens e passeios. Só depende da nossa perspectiva como pais”, conclui Yafit Laniado.

<https://conexaoto.com.br/2025/06/18/psicologa-orienta-quem-tem-medo-das-ferias-escolares-com-as-criancas>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Conexão Tocantins