

Promovendo e Apoiando
Mudanças Culturais

Inaldo Júnior

Idealizador da Kairós

Terapeuta Analítico Comportamental

Liane Dahás

Consultora Científica da Kairós

Terapeuta Analítico Comportamental



A C O R D O S

- Respeitar o momento de fala de cada integrante da família;
- Evitar julgamentos;
- Estar disposto a ouvir sugestões;
- Praticar prós e contras;
- Fazer o que funciona: (1) Soluções objetivas. (2) Buscar a melhor alternativa.
- Praticar a aceitação de pensamentos, sentimentos e emoções;
- Focar no que temos controle;
- Outros...





O QUE É ESSENCIAL?



Valores De Vida
Valores Da Família





COMBINADOS PARA UMA BOA CONVIVÊNCIA

- Xxxxxxxxxx
- xxxxxxxxxxx
- Xxxxxxxxxx
- xxxxxxxxxxx
- Xxxxxxxxxx
- xxxxxxxxxxx
- Xxxxxxxxxx
- xxxxxxxxxxx





ROTINA PESSOAL

| DOM | SEG | TER | QUA | QUI | SEX | SAB |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |





ROTINA FAMILIAR

| DOM | SEG | TER | QUA | QUI | SEX | SAB |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |





| O QUE FAÇO? | O QUE POSSO FAZER? | COMO ME PREPARAR PARA FAZER? |
|-------------|--------------------|------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |





| O QUE FAÇO? | O QUE POSSO FAZER? | COMO ME PREPARAR PARA FAZER? |
|-------------|--------------------|------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |





| O QUE FAÇO? | O QUE POSSO FAZER? | COMO ME PREPARAR PARA FAZER? |
|-------------|--------------------|------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |





| O QUE FAÇO? | O QUE POSSO FAZER? | COMO ME PREPARAR PARA FAZER? |
|-------------|--------------------|------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |





| O QUE FAÇO? | O QUE POSSO FAZER? | COMO ME PREPARAR PARA FAZER? |
|-------------|--------------------|------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |







F.A.C.E. C.O.V.I.D.



<https://www.youtube.com/watch?v=BmvNCdpHUYM>





Se eu não fizer
ninguém faz!

Delegar, aguardar
e aceitar.

Eu não sou
professora!!!

Entreter
X
Conviver

Por que tenho
que fazer isto?





A seguir serão apresentadas algumas sugestões de materiais e recursos que podem auxiliar neste período. Cabe ressaltar que:

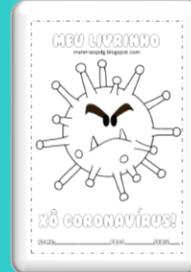
1. Verifique se as informações relacionadas a pandemia estão atualizadas com os últimos dados divulgados pelos órgãos competentes (OMS, Ministério da Saúde, Governos locais, entre outros).
2. Aplicativos, sites e logo marcas foram utilizados como exemplo do temas disponível. Existem outras alternativas que cumprem com a mesma função.
3. Adapte o uso dos recursos as suas necessidades e as do público alvo.





ADULTOS

FILHOS





ROTINA E FOCO



Forest
Stay focused



S.Graph

COMUNICAÇÃO



FÍSICO E EMOCIONAL



cíngulo



FABULOUS

TEMPO DE USO DAS TELAS

CONTROLE PARENTAL

Antivírus Microsoft
IOs Nitendo
Android App's

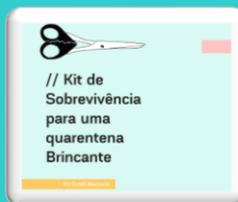




APRENDENDO ALGO NOVO



DANDO ASAS A CRIATIVIDADE



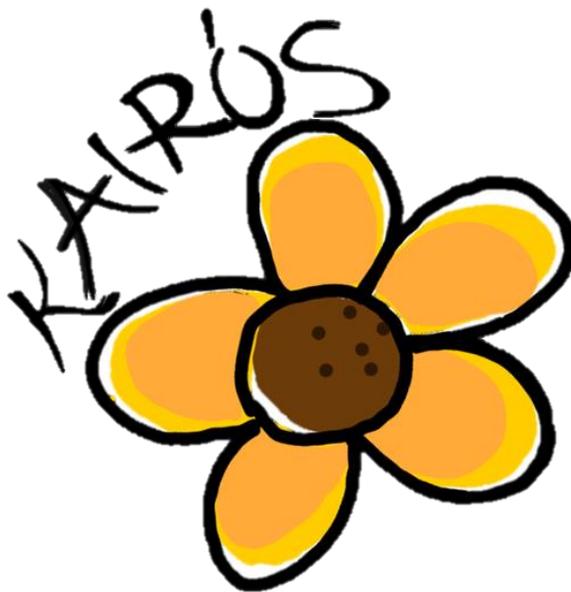
Dúvidas, Sugestões ou Contribuições:

Inaldo Júnior

inaldo_junior@hotmail.com

Liane Dahás

lianedahás@gmail.com



Promovendo e Apoiando
Mudanças Culturais