Shefali Tsabary, Ph.D.



Pais e mães conscientes

Como transformar nossas vidas para empoderar nossos filhos

Prefácio do DALAI LAMA

Resumo de Pais e Mães Conscientes

Não existem pais nem filhos ideais. E fazer da convivência familiar algo harmônico é um processo cada vez mais trabalhoso, num mundo em que paciência e tempo para ouvir o outro são artigos raros e a maioria dos pais acaba projetando nos filhos seus próprios anseios e frustrações.

Doutora em Psicologia Clínica pela Universidade de Columbia, Shefali Tsabary aborda, em Pais e mães conscientes, alguns dos principais desafios da árdua tarefa de educar, começando por entender que a criação dos filhos não deve ser encarada como a fabricação de um novo "minieu", mas como a chance de estimular da melhor forma alguém que possui identidade própria.

Comparando a educação de uma criança ao ato de andar numa corda bamba, em que os pais precisam se equilibrar o tempo todo entre o coração e a razão, a autora defende que criar um filho é uma grande oportunidade de mudança e crescimento.

Acesse aqui a versão completa deste livro