

# SUMÁRIO

Introdução: Ser pai e mãe hoje 11

## **1. Famílias: aconchego e confusão 17**

Os diferentes tipos de família • Todos juntos na mesma casa • As famílias monoparentais • Pai e mãe separados • Guarda compartilhada • Alienação parental • As famílias homoafetivas • A família ampliada

## **2. Dividindo o cuidado: parcerias e ajudas 44**

A importância de se ter ajuda, seja ela qual for • Quando o bebê nasce, quem ajuda? • Creche, avós ou babá – as vantagens e desvantagens • Escolhendo a escola

## **3. Chupeta, mamadeira, paninho e... um pouquinho sobre o peito 67**

O uso e desuso de tais acessórios • Quando usar e até quando • O pai e a amamentação • O desmame, seja da mamadeira, seja do peito • Chupar dedo • O acessório querido e indispensável

#### **4. Dormir: como, quando, onde e com quem** 85

Para recuperar o sono perdido • Algumas propostas para colocá-los para dormir • Sobre a cama compartilhada • O sono com um recém-nascido • As crianças de hoje dormem pior que as de ontem? • Dormindo fora de casa

#### **5. Comer: necessidade, prazer e jogo de poder** 101

Alguns problemas de alimentação e propostas para virar o jogo • Comer em família • A hora de comer sozinho e os bons modos à mesa

#### **6. Brigas e castigos: assuntos difíceis** 118

Por que a gente briga e como evitar os aborrecimentos e conflitos mais sérios • Refletindo sobre o que é falta de respeito • O que devemos considerar quando o assunto é castigo

#### **7. A psiquiatria da vida cotidiana** 142

Será que tem mesmo remédio para tudo? • Outras escolhas de apoio • Será déficit de atenção e hiperatividade?

#### **8. O sexo e as crianças** 153

Por que é tão difícil falar sobre sexo com crianças • A sexualidade deles • Masturbação • Felipe se vestiu de princesa e Rita detesta saia • A sexualidade dos adultos

#### **9. Dois assuntos na ordem do dia: *bullying* e eletrônicos** 168

*Bullying*: como identificar e de que forma agir • As crianças e os eletrônicos: como organizar o acesso a joguinhos, computadores, internet e afins • Os principais pontos a considerar para regular esse uso • As redes sociais e os canais do YouTube

#### **Agradecimentos** 183