



PROJETO PARENTALIDADE POSITIVA

DICA 16

**Ajudar a Criança a ser
autónoma e
independente –
Estratégias**



Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

O crescimento e desenvolvimento da criança é um processo fascinante. Crescer é ganhar asas e uma das missões dos pais/cuidadores é deixar a criança progredir, promovendo a sua autonomia.



Os pais/cuidadores são, por isso, encorajados a olhar para a criança como um ser independente, com temperamentos, gostos, sentimentos e sonhos diferentes dos adultos.

Nota: As referências genéricas que surgem no masculino compreendem as várias identidades de género.

Referências:

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk. Scribner Classics.



Cofinanciado por:



Mas como podemos ajudá-la a tornar-se verdadeiramente independente?

As oportunidades para encorajar a autonomia surgem todos os dias e nas mais pequenas coisas. Deixamos algumas estratégias que poderão ajudar a criar crianças mais autónomas e independentes:

Nota: As referências genéricas que surgem no masculino compreendem as várias identidades de género.

Referências:

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk. Scribner Classics.



Cofinanciado por:



Deixe a criança fazer escolhas.



Com os mais pequenos ofereça duas ou mais possibilidades, por exemplo, na escolha da roupa ou da bebida à refeição. Com os mais velhos pode, por exemplo, permitir que decidam a que horas querem fazer os trabalhos de casa ou uma tarefa doméstica.

Nota: As referências genéricas que surgem no masculino compreendem as várias identidades de género.

Referências:

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk. Scribner Classics.



Cofinanciado por:



Respeite a dificuldade da criança.



Em vez de ficar impaciente perante uma dificuldade e até querer completar a tarefa pela criança (como apertar os atacadores dos sapatos), escolha reconhecer e verbalizar a dificuldade que ela possa estar a experienciar (por exemplo: “Apertar os atacadores dos sapatos pode ser mesmo difícil. É preciso muita agilidade com os dedos, não é?”)

Nota: As referências genéricas que surgem no masculino compreendem as várias identidades de género.

Referências:

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk. Scribner Classics.



Cofinanciado por:



Evite fazer muitas perguntas que podem ser sentidas como invasivas da privacidade.



Por exemplo, evite bombardear a criança com perguntas após um teste na escola ou uma festa. Opte por mostrar apenas a sua satisfação por voltar a estar na sua companhia.

Nota: As referências genéricas que surgem no masculino compreendem as várias identidades de género.

Referências:

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk. Scribner Classics.



Cofinanciado por:



Resista à tentação de se apressar a responder a perguntas.



Quando a criança faz perguntas, ela merece a oportunidade de explorar a resposta por si própria. Quando esta lhe fizer uma pergunta (por exemplo: “de onde vem a chuva?”), reconheça a sua pertinência e devolva-a (por exemplo: “que pergunta tão interessante. O que achas tu?”).

Nota: As referências genéricas que surgem no masculino compreendem as várias identidades de género.

Referências:

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk. Scribner Classics.



Cofinanciado por:



Encoraje a criança a procurar outras fontes de apoio.



Queremos que a criança saiba que não está totalmente dependente de nós.

Existem muitas outras pessoas que podem ser chamadas no momento de resolver problemas. Perante uma pergunta da criança, mostre que irá procurar a opinião ou ajuda de outros (como de um médico, do professor ou de outro familiar). Perante uma preocupação da criança, por exemplo com a saúde de um animal de estimação pode verbalizar a intenção de contactar o médico veterinário, para uma melhor resposta. Encoraje a criança a fazer o mesmo. Por exemplo, se lhe manifestar uma dificuldade na escola, encoraje-a a ser ela a falar sobre o assunto com o seu professor e encontrarem uma solução em conjunto.



Nota: As referências genéricas que surgem no masculino compreendem as várias identidades de género.

Referências:

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk. Scribner Classics.



Cofinanciado por:



Evite querer a todo o tempo proteger a criança da decepção.



Por vezes queremos tanto evitar que a criança se dececione, que acabamos por interferir nos seus sonhos e anseios. Se a criança lhe apresenta um desejo como, por exemplo, vir a ser médica no futuro, evite mostrar-lhe que as médias são muito altas e as suas notas demasiado baixas. Mostre entusiasmo com a sua partilha e peça-lhe para falar mais sobre o assunto.

Nota: As referências genéricas que surgem no masculino compreendem as várias identidades de género.

Referências:

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). How to talk so kids will listen & listen so kids will talk. Scribner Classics.



Cofinanciado por:

