

DICAS

PARA DESENVOLVER A AUTONOMIA NAS CRIANÇAS

DÊ TEMPO À CRIANÇA PARA QUE POSSA ORGANIZAR O PENSAMENTO E EXPLORAR O AMBIENTE

Deixe que a própria criança crie um esquema mental, que elabora teorias e perguntas, e que seja capaz de lhes responder sozinha, desenvolvendo também outras capacidades como argumentação, imaginação, criatividade e raciocínio.

ENVOLVA A CRIANÇA NAS TAREFAS DO QUOTIDIANO E ESTIPULE OBJETIVOS REALISTAS E REALIZÁVEIS

Perceba o que ela já é capaz de executar, vá pedindo ajuda nas tarefas domésticas, como por exemplo comecem por fazer a cama juntos até ser capaz de executar sozinha, preparem as refeições em conjunto.

UTILIZE A BRINCADEIRA, AO INVÉS DA IMPOSIÇÃO E RIGIDEZ

A brincadeira é uma excelente ferramenta para fomentar um clima mais descontraído, uma vez que é necessário encorajar e não impor de forma rígida.

INCENTIVE A RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS, FOMENTE A COMUNICAÇÃO E O ESPÍRITO CRÍTICO

É importante conversar acerca das várias problemáticas que vão surgindo no quotidiano da criança, incentivando a que ela pondere sobre a resolução do problema.

ENVOLVA A CRIANÇA NAS PEQUENAS ESCOLHAS DO QUOTIDIANO, DESENVOLVENDO O PODER DA ESCOLHA

Pergunte sobre o que gostava de vestir, o que poderão jantar no dia a seguir, o que poderão fazer no fim de semana, etc.

TRABALHE A FRUSTRAÇÃO

Por vezes as situações não correm como planeamos, e não há problema nenhum. Existem variáveis externas que influenciam as situações, e é necessário lidar com essa frustração e normalizá-la.

TRABALHE A CONFIANÇA E AUTO-ESTIMA

Verbalizações como “tu consegues”, “tu és capaz”, “que bom, conseguiste!” são importantíssimas para reforçar positivamente o comportamento da criança.

NÃO ANTECIPE SITUAÇÕES NEM INSTIGUE O MEDO

Lembre-se que “é preciso cair para aprender a levantar”. É necessário que a criança aprenda que dos seus atos vão surgir consequências, quer estas sejam positivas ou negativas.