



AUTONOMIA

Infantil

em 5 ideias

arraste

Estimular a independência, o amadurecimento cognitivo e a autoconfiança das crianças é essencial para um crescimento saudável. Especialmente nos primeiros anos, essa é uma tarefa bem complexa, mas não é impossível!

Aqui vão 5 dicas/ideias para trabalhar a *autonomia infantil* de seus filhos!

1. Deixe a criança participar da escolha de sua rotina!

Ter uma rotina é super importante para uma criança, **mas esta rotina não pode se manter a mesma por anos e anos**, certo? **Novidades são sempre bem-vindas**, e estimulantes para os pequenos.

Sempre que for preciso alterar algo na rotina (um novo horário para dormir, um novo curso, novo horário de brincar, etc.) **deixe a criança saber quais opções ela tem**, peça sua opinião!

autonomia infantil

“Deixa que eu escolho”



continua

2. “*Guardar os brinquedos, é sua responsabilidade!*”

Desde cedo, devemos saber quais são as nossas obrigações! Por que não intercalar a brincadeira, o descanso e as lições com pequenas tarefas domésticas?

As atividades devem ser leves, **coisas que a criança consiga fazer sozinha!** Isso aumentará sua autoconfiança.

OBS: **Guardar os brinquedos** é sempre uma boa atividade para elas!

3. Reflita com ela sobre consequências

Com a criança tomando iniciativa sobre decisões, muitas das vezes ela irá se desapontar com o resultado de suas escolhas... **e isso é ótimo!**

São essas experiências que à conduzirão a um amadurecimento emocional. **Aproveite para conversar com ela**, levá-la a reflexão. Foi uma má escolha? O que ela pode tirar de positivo disto? Ajude-a a enxergar. **Com muita paciência, afeto e diálogo**, essa experiência irá inclusive aproximar vocês!

autonomia infantil



“Tá tudo bem! ”

continua

4. Incentive o autocuidado

Independência tem tudo a ver com autocuidado. Lavar as mãos, escovar os dentes, abotoar a camiseta (e durante a pandemia, lembrar do álcool em gel!) são atividades que estimulam a criança a criar a consciência do cuidado consigo.

Além de facilitar o trabalho dos pais, estas pequenas atividades despertam na criança a **atenção para seu próprio bem-estar físico e mental.**

5. Encoraje!

É normal ter medo. Mas para que a criança aceite desafios e aprenda coisas novas, **ela deve aprender a superá-los**

Entenda os medos dos seus filhos, e use **livros, desenhos, músicas e outros recursos lúdicos** que falem sobre o enfrentamento destes medos, isso pode ajudar bastante!

E não se esqueça:

*Este é um processo lento,
mas muito valioso!*

esse post te ajudou?



curta. comente. compartilhe. salve!