Clínica Sinapses

Férias com a Sinapses

Material desenvolvido pela Equipe Sinapses

Clínica Sinapses

Olá queridos pais, mães, responsáveis e cuidadores,

É tempo de **férias,** de **curtir a família**, de descansar mas, claro, **sem descuidar da estimulação dos pequenos.** Por isso, a nossa equipe, com muito carinho, preparou algumas dicas para ajudá-los durante esse período.

As crianças conhecem o mundo a partir da interação com ele, **precisam pegar, cheirar, experimentar** e, nesses dois últimos anos tivemos menos oportunidades para oferecer estas experiências devido à pandemia da Covid-19. Então, mantendo todos os cuidados, vamos apresentar esse mundo lindo para elas!

VAMOS APRESENTÁ-LOS ALGUMAS DICAS NESTE E-BOOK DE **"FÉRIAS COM A SINAPSES"...**

PASSEIOS

São sempre bem-vindos!
Conhecer lugares diferentes: praia, zoológico, parques, aquários, etc.

Permite uma ampla gama de experiências para todos os sentidos das crianças!

CURIOSIDADE!

Uma criança de 2 anos aproximadamente tem a necessidade de andar cerca de 1,5 a 2 km por dia, andando, parando, contemplando as pequenas descobertas que encontram pelo caminho.

ATENÇÃO

É importante respeitar o tempo das crianças: elas andam mais devagar (e precisam andar!!).

Clínica Sinapses

ATENÇÃO PARA O USO DE TELAS

As telas em si não são vilãs, pelo contrário, se bem utilizadas podem até estimular algumas (somente algumas) funções cognitivas.

O seu uso exagerado, porém, pode causar diversos danos às crianças.

Diversas pesquisas têm sido realizadas com crianças em todo mundo e os pesquisadores já identificaram atrasos globais em pequenos que ficam muito expostos às telas: aquisição de fala, atraso motor, dificuldades de interação, dificuldades de concentração e até alterações oftalmológicas.

ENTÃO, VAMOS EVITÁ-LAS!!

Clínica Sinapses

TEMPO DE QUALIDADE

Reserve um tempinho no seu dia para cada filho, dê atenção exclusiva, descubra seus gostos.

Quando sentamos para ler, acariciar ou brincar com nossos filhos sem nenhum outro distrator (conversas paralelas, celular, televisão ligada), estamos mostrando a eles o quanto são importantes para nós e o quanto os amamos.

Esse tempo de qualidade também ajuda a saciar a necessidade de chamar a atenção que a criança tem diminuindo e evitando muitos comportamentos disruptivos.

Além de ser um momento excelente para estimular as diversas habilidades deles.

VAMOS PROPORCIONAR TEMPO DE QUALIDADE COM AS CRIANÇAS!

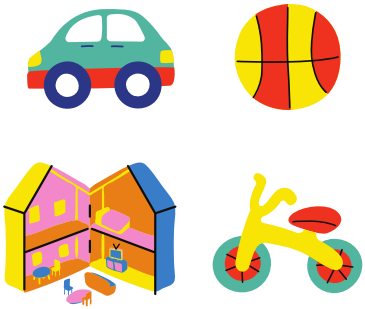
Clínica Sinapses

ORDEM E PREVISIBILIDADE

Mesmo nas férias, a ROTINA é muito importante!

Para se tornar autônoma e independente a criança precisa de **ordem** e de **previsibilidade**. Isso transmite **segurança** e permite a criança agir no mundo.

1. ORDEM ESPACIAL:

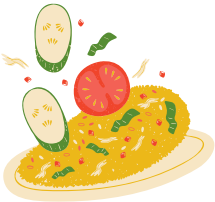


Brinquedos organizados e as coisas sempre no lugar, é importante para que a criança saiba onde encontrar o que está procurando e assim evitar os comportamentos disruptivos.

2. ORDEM TEMPORAL

É importante manter os Horários:
para acordar,
para dormir,
para as principais refeições.

Sabemos que durante as férias algumas alterações podem acontecer devido a passeios, visitas, etc, e isso é importante para a flexibilidade cognitiva, mas **os horários relativos a sono e alimentação devem ser mantidos tanto quanto o possível.**



3. ORDEM DOS ADULTOS

É importante a constância entre o que os adultos que convivem com a criança falam ou fazem.
Aquilo que não pode, não pode nunca e com ninguém.

Não podemos variar na educação da criança conforme nosso humor e cansaço, pois isso gera confusão.
Os pais também devem entrar em acordo sempre para que cada um não diga uma coisa diferente para a criança.

Clínica Sinapses

COMPORTAMENTO DISRUPTIVO

COMO IDENTIFICAR AS FUNÇÕES DO COMPORTAMENTO DAS CRIANÇAS E REALIZAR O MANEJO ADEQUADO?

Regra básica:

TODO COMPORTAMENTO TEM UMA FUNÇÃO!!

E, se mesmo inadequado, ele continua ocorrendo, é porque está funcionando, ou seja, está sendo reforçado por pessoas que convivem com a criança.

Os comportamentos inadequados ou disruptivos têm, basicamente, 4 funções:

1. **obtenção de atenção,**
2. **fuga/esquiva de tarefas,**
3. **autoestimulação e**
4. **obtenção de tangíveis (objetos/comidas preferidas que estão fora de alcance).**

Diante de comportamentos inadequados (como chorar e se jogar no chão), sugere-se que estes comportamentos que são mantidos por:

1. ATENÇÃO

Quando a função do comportamento é chamar a atenção, sempre existe uma plateia (a criança se espera a reação dos adultos à sua volta).

Para extinguir esse tipo de comportamento, os mesmos devem ser ignorados (protegendo de comportamentos que o coloquem em risco de se machucar), não fazendo contato visual, não falando com a criança (ainda que para dar bronca) e, assim que cessar os comportamentos inadequados, ensinar às crianças formas alternativas e mais adequadas de chamar a atenção.

2. FUGA OU ESQUIVA:

O comportamento ocorre sempre que pedimos para que a criança faça algo e ela não quer fazer e passa a se comportar mal.

Quando nos deparamos com esse tipo de comportamento, a demanda (atividade ou realização de algo) deverá ser mantida para que a criança entenda que fazer birra não a livra das obrigações.
O comportamento alternativo nesses casos, pode ser ensinar a criança a pedir um intervalo.

3. OBTENÇÃO DE TANGÍVEIS

A criança queira obter algum objeto tentando escalar ou tentar tomar da mão de uma pessoa, ou ainda chorando para obtê-lo, não o entregue mediante à birra, caso contrário estamos ensinando que é só chorar para obter as coisas.

Auxilie para que a criança o solicite falando "dá" "me dá" esticando a mão ou apontando para o objeto.

4. AUTOESTIMULAÇÃO

São as famosas estereotipias e a criança faz independente de ter alguém por perto, com a função de se acalmar ou se auto regular.

Hoje sabemos que não podemos interferir nas estereotipias porque elas têm função importante.

Algumas, porém, são muito disfuncionais ou podem acarretar prejuízos para a criança, como por exemplo, roer unha, bater a cabeça em locais variados, bater com as mãos nas pernas, poderão ser substituídos por comportamentos que busquem distrair a criança ou oferecer uma atividade que seja interessante para ela, como por exemplo: massinha, brinquedos do tipo fidget toys, entre outros.

Clínica Sinapses

COMPORTAMENTO DISRUPTIVO

DICA

Em situações em que a criança apresenta comportamentos de **birras com maior frequência e duração,** quando possível, ATUAR NA PREVENÇÃO desses comportamentos: **modificando o ambiente para evitar que os comportamentos ocorram,** como por exemplo:

se o comportamento de birra é emitido somente em determinado local ou com determinada pessoa, **trocar o local ou mudar o foco da criança para outra brincadeira ou atividade de** forma a evitar que o comportamento inadequado comece.

Clínica Sinapses

BRINCAR

Brincadeira é coisa séria!!

COMO BRINCAR DE MODO A ESTIMULAR A CRIANÇA?

Chame a **atenção da criança**, fazendo-a olhar no seu rosto, mostrando para ela que é mais interessante brincar com pessoas do que somente com brinquedos/objetos. Para isso:

- Siga a liderança da criança no brincar, deixando que ela inicie a brincadeira, que ela escolha o brinquedo;

- Elimine/guarde brinquedos que não estão sendo usados no brincar, deixando o ambiente mais organizado;

- Imite a criança: Crianças adoram ser imitadas e passam a fazer mais gestos e sons para que o adulto as imite. Além de desenvolver a concentração e promover a comunicação e a interação!!

- Narre as brincadeiras: “bola, coloquei, ih...caiu!! Toin, toin, toin”. Isso chama a atenção, diverte a criança, torna a brincadeira mais interessante e, ainda, estimula a linguagem;

- Use teatralidade produzindo sons divertidos (sons de carro, animais, barulhos com a boca, etc);

- E, por falar em **linguagem:**

Utilize a Regra do "+ 1": crianças que não falam nenhuma palavra, utilize apenas 1 palavra (bola, carro, pula, etc), crianças que falam 1 palavra converse juntando 2 palavras (bola verde, carro azul, joga bola, etc) e assim por diante;

- Durante as brincadeiras promova a troca de turnos: "minha vez/sua vez", "coloca aqui/agora sou eu".

- Não esqueça de usar pronomes adequados para que a criança aprenda do jeito certo. Nada de falar na terceira pessoa.

- **Dar ajuda somente se necessário, respeitando sempre o tempo de a criança pensar e elaborar a brincadeira, a pergunta;**

- **Não disputar brinquedos, tomando-o da mão da criança ou concorrendo com outro brinquedo que a criança não está brincando.**

Clínica Sinapses

Dicas das Fonoaudiólogas:

- Utilize **palavras simples**, ordens simples. Lembra da regrinha do +1?

- **Nomear as ações e objetos** no banho, no passeio, na hora das refeições.

- **Atender ao chamado.** Procurar chamar sempre a criança pelo nome, sem usar apelidos antes de propor qualquer atividade. Não esqueça que qualquer intenção comunicativa começa com o olhar!!

Clínica Sinapses

Dicas da Musicoterapia e da Arteterapia:

- Inclua **cantigas e músicas** nas atividades do(a) seu filho(a).

- **Cante** para seu(a) filho(a) ao acordar, durante as brincadeiras e antes de dormir.

- **Observe as reações e expressões** dos seu(a) filho(a) ao ouvir as cantigas e músicas! Valorize as sonoridades que ele(a) mais curtir!!

- Brinque de os objetos de sua casa: batucando uma panela, chacoalhando uma garrafa com água! **Explore sonoridades diferentes!**

- Divirta-se com as **tintas naturais** disponíveis em sua casa: temperos misturados com água e cola são recursos artísticos bem perfumados!

Clínica Sinapses

E-BOOKS DISPONÍVEIS

Disponibilizamos mais dicas e atividades nos nossos e-books:

Basta **clicar AQUI** ou no e-book do seu interesse e acessará nosso Drive com os e-books e **fazer o download** do arquivo do seu interesse!

E-books disponíveis:

1. Ensino por Tentativas Discretas
2. Estimulando em casa - Comunicação
3. Higiene do Sono
4. Linguagem
5. Manejo de Comportamentos
6. Musicoterapia
7. Receitas para brincar

Clínica Sinapses

Com muito carinho

Aproveitem nossas dicas e proporcione **Férias estimulantes** para seu(a) filho(a)!

Nos encontramos em breve com o retorno dos nossos serviços!

Ótimas férias!!

Clínica Sinapses