

15



Transição de Contexto

As transições são uma **oportunidade** do seu filho crescer, de realizar **novas aprendizagens** e de **conhecer outras pessoas** e contextos, de forma a sentir **confiança nas suas capacidades** para dar resposta aos desafios que se lhe colocam.

Devem ser feitas com **serenidade** e **confiança**, na certeza de que mais tarde ou mais cedo o seu filho fará a sua adaptação, aprenderá a conviver com as outras crianças e apreciará as novas atividades e rotinas.

É essencial que **ajuste as suas expectativas** e **dê tempo** para que os filhos progridam. Não se esqueça, que **as crianças absorvem todos os sentimentos e atitudes** dos pais. No caso de se apresentar stressado e ansioso também para eles esta transição será tensa e com uma adaptação difícil.

Lembre-se que é apenas uma nova etapa e que **o seu filho será capaz de se adaptar progressivamente**.

ELI de Portel

- Entidade Promotora: ADA
- Sede: Centro Comunitário de Portel
Rua da Vidigueira, 7220-390 Portel
- Contactos:
 - Tel: 266 619 177
 - Tlm: 927 266 330
 - e-mail: eliportel17@gmail.com
 - Facebook: ipi.eli.portel

**DesENVOLVER em Família:
Coordenadas para o
Desenvolvimento Infantil**



**SNIPI
Sistema Nacional de Intervenção Precoce
na Infância**

O que pode sentir o meu filho na transição ?

- ⚡ Insegurança face ao desconhecido
- ⚡ Menos tolerância à frustração
- ⚡ Dificuldade em se separar dos pais
- ⚡ Ansiedade
- ⚡ Medo de não ser aceite pelos colegas
- ⚡ Medo que os pais não o vão buscar ao fim do dia



Casa - Creche/Ama



Casa/Ama/Creche - Pré-escolar



Casa/Ama/Pré-escolar - 1º Ciclo

5 coisas que posso fazer para ajudar o meu filho na transição

- 1 Antecipar com a criança a transição:
 - o Explique a nova rotina diária
 - o Escolha e compre o material necessário em conjunto
 - o Visite o novo contexto, mesmo que de fora
 - o Adapte as rotinas do dia-a-dia (horários da alimentação, sono,...) gradualmente aos novos horários escolares
- 2 Não apressar a rotina da manhã. Marquem o despertador para um a hora que vos permita vestir e tomar o pequeno-almoço de forma calma
- 3 Permitir que a criança leve algum objeto de que goste
- 4 Despedir-se de forma carinhosa e firme. Mesmo que a criança esteja ansiosa, mantenha-se calmo e saia. Não caia na tentação de voltar atrás
- 5 Não sair sem se despedir

O que é que eu posso sentir na transição?

- ⚡ Angustia, incerteza e medo
- ⚡ Sensação de que está a abandonar a criança
- ⚡ Ambiguidade de sentimentos às vezes aparentemente opostos, tais como alívio e preocupação, culpa e confiança
- ⚡ Ansiedade

7 coisas que posso fazer para me ajudar na transição?

- 1 Manter a expectativa de que a transição será um sucesso
- 2 Visitar o espaço para o qual o seu filho vai transitar
- 3 Não deixar dúvidas por esclarecer. Conversar com o educador/professor sobre o que o preocupa
- 4 Falar com outros pais que já passaram pela mesma situação
- 5 Telefonar a meio do dia para saber se o seu filho está bem
- 6 Procurar manter a cabeça ocupada no período em que o seu filho não está aos seus cuidados
- 7 Confiar na instituição e nos seus profissionais