

Mais do que eu

Aprendendo sobre outras pessoas

“Estou contente. Mas, você parece que está triste?” É difícil imaginar como outras pessoas estão se sentindo. Mas é uma habilidade que as crianças precisam ter para brincar com outras crianças e fazer amigos.

O básico

Desde de quando é bebê, uma criança precisa se sentir amada por um adulto que cuide dela - como você! Ela não pode aprender a compreender e valorizar outras pessoas, se não se sentir compreendida e valorizada.

A criança muitas vezes percebe que outra pessoa está tendo um sentimento forte. Ela vê outra criança chorando e se pergunta por quê. E pode até querer ajudar, mas não sabe como.

Entender os sentimentos de outras pessoas é mais difícil do que entender seus próprios sentimentos. Leva tempo para que crianças jovens desenvolvam essa habilidade. Mas isso é um passo importante para trabalhar e brincar em harmonia com outras crianças.

Obs.

Os materiais sublinhados estão no seu kit.

Coisas para experimentar - idades 2 a 5

O que essa expressão significa?

- Escolha um sentimento no quadro de expressões, mas não conte à criança o que você escolheu. Tente fazer a expressão e peça que a criança adivinhe o sentimento. Dê dicas. “Oba! Eu fui ao parque hoje!” Escolha um sentimento diferente e tente de novo.
- Arrume um prato de plástico para você e outro para seu filho ou sua filha. Usar massinha para fazer rostos nos pratos. Façam um revezamento para tentar adivinhar os sentimentos de cada rosto e o que pode estar causando esses sentimentos. “Seu rosto parece que é de surpresa! Ele viu um cachorro voador?” “O meu está com cara de triste. O que você acha o fez ficar triste?”

Primeiros passos

É complicado pensar nos sentimentos de outras pessoas e saber como reagir com atenção. Modele essas habilidades para seu filho ou sua filha. “Eu consigo dizer que você está com medo. Vou segurar sua mão para ajudar você a se sentir melhor.” Fale sobre os sentimentos de outras pessoas e sobre como você poderia ajudar. “Ela está triste porque deixou cair seu sorvete. Vou comprar outro para ela.” Seja paciente enquanto a criança está aprendendo a pensar nas outras pessoas.



Mais! →

Coisas para experimentar - idades 2 a 5

Brincar de faz de conta

- Brinque de faz de conta com seu filho ou sua filha e com bonecos. “O porquinho está passando mal. O que a gente pode fazer para ajudá-lo a se sentir melhor?” Finja que vocês dois estão ajudando, juntos, o boneco a se sentir melhor. Invente outras histórias que mostrem essa atenção com outras pessoas. “Patinho, está na hora de dormir. Como podemos ajudar o patinho a se preparar para ir para cama?”
- “Vamos fingir que o boneco é seu professor. Será que você iria gostar de ser professor?” Incentive a criança a fingir que é alguém que cuida de outras pessoas, como uma babá, um médico ou um bombeiro.



É para você!

- Peça à criança que use as tintas de pintar com os dedos para fazer uma pintura de alguém que ela ama. Pergunte: “Para quem você está pintando isso? De quais cores você acha que ele gosta?” Ajude a criança a colocar algumas palavras na pintura. Depois disso, coloque a pintura no correio ou tire uma foto para enviar por e-mail ou mensagem de texto.



Interações diárias

Na hora das refeições, converse sobre as coisas que cada pessoa gosta e sobre as que não gosta. **Você gosta de brócolis. Mas, sua irmã não gosta. Você acha que seu tio gosta?**

Destaque os sentimentos das pessoas nos livros que vocês lerem. Depois, converse sobre como outra pessoa na história responde aos mesmos sentimentos.

Modelar, Observar, Praticar

“Sua irmã está chorando porque ela caiu. Estou dando um abraço nela para ajudá-la a se sentir melhor.”

Modele comportamentos que mostram que você se importa com outras pessoas. A criança começa a ter comportamentos que mostram que ela se importa com outras pessoas imitando o que você faz.

“Você está fazendo carinho no seu urso de pelúcia! Como você acha que o urso está se sentindo?”

Observe quando seu filho ou sua filha está demonstrando que se importa com outras pessoas - até mesmo com animais de pelúcia!

“Seu irmão está bravo porque você tomou o biscoito dele. Devolva o biscoito a ele. Você pode pedir um biscoito para você também.”

As crianças precisam praticar escolhas que sejam boas para si mesmas e para outras pessoas.