

UM GUIA PARA PAIS SOBRE SEPARAÇÕES GRADUAIS



Bem-vindo à Creche para Crianças Recém-chegadas (Care for Newcomer Children – CNC)

Bem-vindo ao programa CNC!

Para ajudar que seu filho se sintam seguros e possibilitar que você estude sem se preocupar, é importante dedicar algum tempo para se familiarizar com o nosso programa e a nossa equipe.

Crianças às vezes choram, se sentem perdidas ou reagem intensamente quando seus pais saem pela primeira vez. Essa ansiedade de separação é normal - principalmente se é a primeira vez que seu filho está indo para uma creche. Para ajudá-los com isto, lidamos com as separações iniciais cuidadosamente ao fazer uma separação gradual.

O que é separação gradual?

Separação gradual significa aumentar a duração das separações entre os pais e o filho à medida que a criança se familiariza com o programa. Isto envolve trabalhar com a equipe do programa e preparar seu filho para as primeiras separações com antecedência.

Separação gradual:

- respeite as necessidades dos seus filhos,
- ajude o seu filho a se sentir seguro,
- estimule uma transição tranquila ao nosso programa, e
- prepare o terreno para separações bem-sucedidas e relações saudáveis à medida que a criança cresce.

Crianças com separações iniciais traumáticas demoram mais a se adaptar ao programa, então, por favor, se prepare para ficar com o seu filho conforme necessário. Todas as crianças são diferentes, mas é importante não apressar o processo.

Como funciona?

Antes das aulas começarem:

- Se possível, visite o nosso programa com o seu filho.
- Converse de forma casual com a equipe sobre o seu filho, o programa e como normalmente se preparam para a separação. Isso ajuda o seu filho a se sentir seguro com a equipe e a confiar nela.
- Se possível, mostre ao seu filho onde será a sua sala de aula.

Os primeiros dias do seu filho

- Tente se manter relaxado e entusiasmado.
- Vá para a área que acha que seu filho vai gostar mais e diga a equipe a/o brincadeira/jogo que seu filho gosta.
- Mantenha o foco no seu filho. Converse com ele, mostre os brinquedos e brinque com ele.
- Fique atento a qualquer outra área que ele possa se interessar e siga seu exemplo.
- Preste atenção em dicas da equipe.
- Incentive seu filho a brincar com outras crianças ou com a equipe quando ele estiver preparado. Se a criança não parece estar preparada, não há problema em esperar mais.
- Quando o seu filho começa a brincar sozinho ou com outras crianças é um bom sinal de que está pronto para tentar a primeira separação! Tente se afastar um pouco para observar.

UM GUIA PARA PAIS SOBRE SEPARAÇÕES GRADUAIS

- Se o seu filho seguir você imediatamente e demonstrar que precisa que você fique próximo, ele pode não estar pronto.
- A separação total pode demorar mais para crianças que vivenciaram violência e traumas.

Separações iniciais

Quando você e a equipe observarem que seu filho está brincando bem e parece estar confortável, você pode começar a sair do programa por períodos curtos.

- Diga ao seu filho que você vai ao banheiro e que retornará em dois minutos.
- Nunca saia da sala sem informar à equipe.
- Vá ao banheiro e volte exatamente como disse que faria.
- Se essa primeira separação for traumática para o seu filho, ele pode não estar pronto.

Depois que a primeira separação ocorrer bem, você pode tentar uma segunda separação um pouco mais longa (5-15 minutos). E em seguida uma terceira, ainda mais longa (10-20 minutos).

Essas separações curtas aumentarão a confiança do seu filho e o ajudará a entender que você sempre voltará. Para cada separação, sempre:

- Seja consistente.
- Diga ao seu filho que vai sair. Sair escondido quebra a confiança e tornará separações futuras mais difíceis.
- Mantenha a despedida a mais curta possível e tenha sempre um membro da equipe familiar/consistente no local para dar apoio ao seu filho depois que você sair.
- Ao voltar, mantenha o foco nos pontos positivos. Pergunte ao seu filho com quais brinquedos ele brincou e o que gostou mais.

Quando o seu filho lidar com essas separações curtas sem ficar muito chateado, ele estará pronto para ficar sozinho! Quando você começar a deixar o seu filho por toda a duração do programa, tente ser um dos primeiros a pegá-lo para reforçar a ideia de que você sempre voltará.

E se o meu filho ficar chateado?

Se o seu filho ainda está com dificuldade, tente não se preocupar. Talvez seja necessário ficar um pouco mais com seu filho no programa para ajudá-lo a se sentir seguro e confortável. Trazer um brinquedo ou cobertor, ou deixar o seu cachecol ou suéter também pode ajudar o seu filho a se sentir mais confortável.

A equipe do programa ajudou muitas famílias a passar por este processo e estão disponíveis para orientar e ajudar você.



PATROCINANDO A CRECHE E A ADAPTAÇÃO DE
CRIANÇAS IMIGRANTES

Para mais recursos para pais, acesse:
www.cmascanada.ca



Care for
Newcomer
Children