



# Colégio Santa Dorotéia

Projeto: Família e Escola pensando juntas a Educação Serviço de Orientação Educacional  
Serviço de Orientação Educacional – SOE / Setembro 2017

## EU FAÇO SOZINHO!

*Você provavelmente já ouviu essa frase do seu filho. Ou ainda não, e acha que já passou da hora. A verdade é que uma criança só se tornará um adulto seguro se tiver a autonomia estimulada desde cedo – mas para isso, ela precisa de ajuda, respeito e compreensão.*

Você gostaria que o seu filho fosse, no futuro, uma pessoa equilibrada, segura, independente, autoconfiante e feliz, certo? Mas o que você faz quando ele não consegue realizar determinada tarefa? Ou se demora muito para comer sozinho? E quando briga com um amigo na escola? Na maioria das vezes, guiados pelo amor incondicional, para não vê-lo sofrer, ou até mesmo pela pressa, acabamos fazendo por eles, resolvendo por eles, escolhendo por eles... e tirando a oportunidade de aprenderem.

Quando isso acontece, a superproteção entrou em ação em detrimento da autonomia, cujas consequências chegam a curto e a longo prazo. “Durante a infância, ela pode resultar em uma falsa e perigosa sensação de ‘segurança’, às crianças. Na verdade, com o tempo, elas se tornam mais inseguras, tendem a desenvolver tardiamente importantes habilidades, que chamamos de funções executivas – como organizar seus próprios brinquedos, ter iniciativa para se defender, esclarecer dúvidas com a professora e resolver problemas – além de apresentarem dificuldade de desenvolver maior tolerância às frustrações, fundamentais para o pleno desenvolvimento e autonomia”, diz Daniele Souza, psicóloga e coordenadora técnica do Instituto ABCD, de São Paulo (SP). No futuro, o risco de se tornarem adultos frustrados, insatisfeitos e frágeis é grande, já que não foram gradativamente preparados para os embates da vida.

Por mais que a interferência dos adultos seja necessária em alguns momentos, um voto de confiança usado na hora certa pode fazer uma tremenda diferença na autoestima e, como consequência, na autonomia deles. É essencial estimular a persistência, acolher as perguntas do seu filho e incentivá-lo a expor suas dúvidas, opiniões e argumentos. Outro ponto fundamental nesse processo é dar amor, o encorajamento e o reforço positivo que a criança precisa para criar a autoestima, a confiança e a segurança necessárias para realizar atividades por conta própria. Aquele “você consegue, não desista”, o sorriso para dar coragem ou o colo que eles pedem são essenciais para que se sintam seguros e capazes de assumir responsabilidades. Trabalhar a autonomia não é deixar que seu filho decida o tempo todo o canal de televisão, o passeio do fim de semana ou o que irá na lancheira, mas, sim, oferecer opções (e apresentar as consequências, quando for o caso) para que ele faça pequenas escolhas no dia a dia. Mas, claro, sempre levando em conta a maturidade da criança.

Alguns hábitos devem ser evitados, para que seu filho aprenda a ser independente. Por exemplo:

- Realizar por ele atividades para as quais já tem capacidade, como por exemplo, comer sozinho, retirar e vestir a própria roupa, usar o banheiro, carregar a mochila da escola.
- Dizer que ele não é capaz, que não sabe fazer ou fez mal feito.
- Em caso de conflito com um colega, conversar diretamente com a escola (professora, coordenação) ou os pais, sem antes orientar o filho a tentar resolver o mal-entendido.
- Fazer as tarefas por ele, em caso de dificuldade, em vez de oferecer suporte e permitir que persista até conseguir.
- Responder pela criança quando um adulto lhe dirigir a palavra.
- Encobrir fracassos e evitar que assuma as consequências.
- Não cobrar responsabilidade.

Muitas vezes, surge a dúvida: O que, afinal, meu filho está pronto para fazer sozinho? A resposta não é tão exata assim e requer o seu olhar atento, já que cada criança tem seu ritmo e habilidades específicas. Mas, no geral, há atividades e tarefas que podem ser trabalhadas e executadas em cada faixa etária e, acredite, com o seu apoio, ele consegue!