



## **4º ROTEIRO DE ESTUDOS**

### **ORIENTAÇÕES DOMICILIARES PARA OS ALUNOS DA SALA DE**

### **AEE - ATENDIMENTO EDUCACIONAL ESPECIALIZADO**

### **COMO O ESPAÇO FAMILIAR PODE CONTRIBUIR DE FORMA POSITIVA PARA O DESENVOLVIMENTO DA APRENDIZAGEM EM TEMPOS DE PANDEMIA**



A rotina de trabalho e da escola mudou, as famílias se viram em casa com seus filhos, isso em paralelo com atividades da casa e do trabalho.

Famílias, escolas e professores precisaram se reinventar e aprender, passaram desenvolver nos ambientes da casa, as atividades escolares que fazem parte de uma nova rotina, de um novo aprendizado.

As crianças percebem com extrema facilidade os sentimentos dos pais. Tentar negar estes afetos não ajuda, pelo contrário. Perceber o que está se passando dentro de si é importante para pensar como você vai agir com a criança.

Enquanto tentamos lidar com a nossa própria ansiedade diante de todas as mudanças que estão acontecendo, é difícil encontrar palavras ou maneiras para conversar com as crianças ou para lidar com os seus problemas de comportamento.

Muitas pessoas, sejam adultos ou crianças, apresentam sentimentos como a ansiedade, que é um sentimento natural do ser humano. Ansiedade é uma experiência normal e universal, tanto para adultos quanto para crianças. Desmistificar a ansiedade tem um papel importante quando lidamos com a nossa própria ansiedade e a de nossos filhos.

Reconhecer os nossos sentimentos, as nossas emoções e preocupações, são passos muito importantes, pois os afetos negativos vão surgir em decorrência de toda a situação: medo, angústia, ansiedade, raiva, impaciência. Estas são reações esperadas e normais junto ao período de isolamento social e pandemia, segundo os dados trazidos pelo Instituto de Psiquiatria USP (IPQ)

Desta forma, buscar o autocontrole e esfriar a cabeça, podem ser estratégias importantes, o autoconhecimento das emoções pelos pais e por todos os membros da família.

Situações como brigas, conflitos e um clima de atitudes hostis com a ausência de afeto são aspectos fundamentais a serem evitados. Os afetos negativos podem se tornar mais intensos, devido a uma convivência mais próxima e se não houver compreensão mútua, organização e uma rotina facilitadora, podem ocorrer atritos, situações de conflitos e violência verbal e física.

Não deixem de cuidar de si mesmo! Os pais, os responsáveis são os maiores suportes, por isso se informem e procurem ajuda caso percebam que não estão conseguindo lidar com a situação de distanciamento.

Em resumo o contexto atual de isolamento que todos estão vivendo, representa uma mudança no dia-a-dia das famílias. É de se esperar que sintomas reacionais ocorram por conta do afastamento de atividades, distanciamento social e pelo risco de contágio pessoal e, estar afastados de pessoas próximas.

É importante que os pais tenham em mente alguns pontos primordiais para o auxílio de seus filhos no enfrentamento da realidade atual.

- Independente da faixa etária, manter uma rotina diária.
- Valide qualquer sentimento ou preocupação que o seu filho possa ter.
- Manter uma rotina de horário para dormir, acordar e garantir um sono de qualidade, essencial para cuidar da saúde física, mental e para os processos de atenção e da memória, para a aquisição da aprendizagem.
- No horário das atividades a concentração é importante, busquem um espaço livre de barulhos e demais distratores.
- Cuide da alimentação
- Valorizar a realização de atividades domésticas junto com as crianças: cozinhar, colocar a mesa, tirar o pó dos móveis. Isso também é um momento de aprendizagem.
- Atente-se para o tempo de tela de seus filhos, atenção aos conteúdos que eles tem acesso.
- Limite o bombardeio de informações sobre o COVID-19

Referências Bibliográficas: [www.psiquiatriafmusp.org.br](http://www.psiquiatriafmusp.org.br)

Ana Paula Oliveira da Silva Diatchuk  
CRP 0658697

*Psicóloga do Departamento da Educação Núcleo de Apoio Multidisciplinar Especialista em Neuropsicopedagogia, Transtorno do Espectro Autista e Deficiência Intelectual.*

*Professora Ivana Moraes Calaça  
Supervisora da Educação Inclusiva*

Mensagem da Supervisora da Educação Inclusiva

Ivana Moraes Cardoso Calaça

[https://drive.google.com/drive/folders/18JHNkBUQ8R77ya6lw\\_0SAm2vUEzPC6uJ?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/18JHNkBUQ8R77ya6lw_0SAm2vUEzPC6uJ?usp=sharing)