

NÃO ESQUECER

As tarefas devem ser ajustadas à idade e os pais devem ter paciência para ensinar e para esperar resultados.

No entanto, o incentivo deve começar o mais cedo possível, para que aos seis anos a criança seja capaz de arrumar o seu quarto com a mãe ou com o pai e não apenas para ajudar os pais. Essa deve ser uma responsabilidade adquirida ao longo do seu processo de desenvolvimento, que começa com a arrumação dos seus brinquedos e, aos poucos, passa a ser uma tarefa sua.

Relativamente às recompensas após as atividades, recomenda-se que não sejam dadas apenas por ter ajudado nas tarefas domésticas, já que faz parte da obrigação de todos organizar e arrumar o lar onde vivem. A recompensa vai estragar a mensagem essencial e dar a entender à criança que recebe algo porque não fazia parte das suas atividades diárias ajudar na limpeza da casa.

Na adolescência vão ocorrer muitas alterações comportamentais e portanto o facto de terem aprendido a limpar e a arrumar a casa desde cedo não implica que naturalmente o façam quando forem mais crescidos, no entanto, as estruturas que se formam a partir de tenra idade, vão determinar a forma como o sujeito se vai apresentar perante a vida aquando adulto. Quer isto dizer que, a missão de educar para a participação nas tarefas domésticas não é necessariamente tornar adultos arrumados em casa mas sim desenvolver competências que vão ajudar o indivíduo a saber lidar com aspetos essenciais da sua vida.



243 660 097 / 934 010 534



cafapcoruche@caritascoruche.pt



Largo de Valadares, 1 - 2100-112 Coruche



Sílvia Caraça (Assistente Social/Coordenadora)
Gonçalo Coelho Arromba (Psicólogo Clínico)
Ana Miriam Barradas (Psicóloga Clínica)



INOVA CÁRITAS CORUCHE

WWW.CARITASCORUCHE.PT

APOIO NA REPRODUÇÃO



cafap

CENTRO DE APOIO FAMILIAR E
ACONSELHAMENTO PARENTAL

AJUDAR EM CASA



PRÓXIMO TEMA:

QUANDO A MÃE SE ZANGA

93 COLEÇÃO
FAMÍLIA

JULHO - AGOSTO 2018

TAREFAS DOMÉSTICAS:

COMO AS CRIANÇAS PODEM (E DEVEM) AJUDAR

As tarefas domésticas são atividades essenciais na educação de crianças independentes, organizadas e responsáveis. Ao incluir os seus filhos nestas tarefas desde pequenos está a educá-los para a vida, ensinando-lhes a importância da organização e da cooperação.

Hoje em dia cai-se no erro de pensar que as crianças da nossa casa são pequenos príncipes e princesas e que devem ser tratados como tal. Do ponto de visto do amor sim mas do ponto de vista da serventia não! Educar e cuidar duma criança passando-lhe a ideia de uma onipotência em nada a ajudará a ser um adulto feliz e adaptado à sociedade.

Quando colaboram com as atividades domésticas, os pequenos desenvolvem noções de respeito, autonomia e responsabilidade, pois, ao participar no processo passam a entender como funciona a dinâmica do lar, valorizando as atividades realizadas pelos pais. Além disso, sentem-se mais próximos da família e ao ser-lhes atribuída uma responsabilidade relacionada com tarefas fora do seu universo infantil as crianças ganham também um reforço na sua autoconfiança.

Mas os pontos positivos não são somente para os pequenos. Todos os elementos da família sentem esses benefícios pois quando todos colaboram ninguém fica sobrecarregado. A família percebe que é dever de todos trabalhar pela organização e funcionamento do lar, tornando o ambiente familiar mais compreensivo, agradável e unido.

Claro que, cada criança tem o seu tempo e é muito importante que os pais tenham isso em conta quando orientam os seus filhos nas atividades diárias. Quando introduzidas desde o início e gradualmente essas atividades deixam de representar algo ruim, ou desagradável, para se tornarem parte da vida dos pequenos de uma forma natural e saudável.

Aqui fica uma pequena sugestão das tarefas domésticas que o seu filho pode realizar adequadas à sua idade:

👉 De 2 a 3 anos

Por volta desta idade, os pequenos já conseguem realizar tarefas simples como guardar os seus brinquedos e calçados, levar as roupas sujas para o cesto, limpar pequenas superfícies e tirar o seu prato da mesa.

👉 De 4 a 5 anos

Nesta faixa etária, os pais já podem incentivar o seu filho a arrumar a mochila da escola, tirar o pó de alguns móveis, regar as plantas, fazer a cama, colocar as roupas na máquina de lavar, guardar parte das louças e acompanhar a preparação de algumas refeições com supervisão.

👉 De 6 a 8 anos

Aqui, a criança já começa a entender melhor as noções de responsabilidade e cuidado. Então, já pode orientá-la a esvaziar o caixote do lixo, ajudar a estender e retirar roupas do estendal, a lavar alguma loiça, varrer e tirar o pó em certos móveis da casa, guardar as compras, ajudar a organizar armários e a preparar algumas refeições (pequenos lanches).

👉 De 9 a 12 anos

Nesta fase as crianças sentem-se mais independentes, confiantes e orgulhosas de partilhar as tarefas domésticas. Como são mais velhas já se interessam por tarefas mais desafiantes do ponto de vista da aprendizagem. Assim os pais já podem ensiná-las a trabalhar com alguns eletrodomésticos como por exemplo a máquina de lavar roupa e a de lavar loiça. Podem também mudar os lençóis da sua cama, limpar o seu quarto, ajudar a limpar a cozinha e a casa de banho, ajudar a lavar o carro.

Convém lembrar que é importante que meninos e meninas aprendam e ajudem nas tarefas sem distinção de género. Também ressaltamos que o acompanhamento de um adulto responsável é indispensável. De acordo

com cada idade, os pais vão sentindo a necessidade de supervisionar as atividades mas é preciso sempre estar atento e por perto. Além disso, os pais precisam de ser pacientes e deixar o perfeccionismo de lado. Com o tempo, os pequenos vão aprendendo e desenvolvendo maiores habilidades nas tarefas executadas. E lembre-se que um elogio é sempre uma ótima fonte de motivação!

MANTER A CASA ARRUMADA COM A AJUDA DAS CRIANÇAS

Manter a casa arrumada com crianças é o que se chama "missão impossível". Por isso é tão importante motivar e incluir as crianças desde pequenas na arrumação da casa, dando-lhes tarefas fáceis de executar e elogiando-as quando acabam a tarefa, mesmo que esta não tenha ficado da forma que gostamos.

Algumas dicas são uteis para conseguir ter sucesso nesta missão:

- Ter uma gaveta ou cesto na sala de estar para que, depois de brincar, a criança consiga arrumar os seus brinquedos sem grande esforço. No quarto também devem estar separados por caixas com etiquetas ou desenhos que identifiquem o seu conteúdo, o que ajudará na hora de procurar pelo brinquedo e também na hora de o arrumar.
- É essencial tirar os brinquedos que se estragam, que já não são para a idade da criança ou que ela já não usa, para que fique com o máximo de espaço livre para poder brincar.
- O armário da roupa deve ser organizado de forma funcional e prático para que a criança consiga chegar a qualquer roupa que pretenda, sem precisar de ajuda e sem que seja perigoso.
- Definir juntamente com a criança, um lugar específico para cada tipo de brinquedos e de roupa. Esta é uma regra de ouro da organização, "definir um lugar para cada coisa"!