

Ajudar a criança a melhorar a sua resiliência a brincar

Enfrentar dificuldades é inerente ao ser humano ...

Acredito que muitos encarregados de educação desejariam que os seus filhos não se vergassem nem tivessem medo no confronto com as adversidades, o que é, na verdade, uma espécie de capacidade denominada de resiliência. Recentemente, quando levei a minha filha para brincar no parque, verifiquei que a criança estava muito interessada em diversos tipos de instalações de jogos, especialmente aquelas altas e que requeriam subir e descer. Houve uma vez que ela quis escalar uma rede de cordas, e ao vê-la subir gradualmente, pensei que poderia atingir o topo, mas no último momento parou subitamente e começou a chamar-me. Naquele instante pensei: ela deve estar a enfrentar adversidades.



Acredito que, na vida quotidiana, muitos encarregados de educação não-de verificar que é fácil as crianças envolverem-se em cenário semelhante ao que foi descrito, mas na verdade, esta seria, precisamente, uma boa oportunidade de treino da resiliência para as crianças.

No confronto com esse cenário, podem experimentar a seguinte prática do autor: ao ver a criança deixar de escalar e começar a chamar, incessantemente, os pais, devem inteirar-se, primeiramente, do estado emocional que a domina nesse momento, por exemplo se se trata ou não de medo? Nesta sequência, encoraja-se a criança a ir experimentar, dando-lhe sugestões, como por exemplo qual o procedimento a seguir? Quando estiver quase a conseguir, pode-se estender-lhe a mão e oferecer ajuda, para permitir que ela consiga subir sem sobressaltos, pois a experiência do sucesso, pode fortalecer a auto-confiança da criança, e quando ela voltar a confrontar com a mesma dificuldade no futuro, já não irá ter medo.

No entanto, quando a criança pedir para descer e não quiser subir mais, não convém contrariar a sua vontade, mas sim endereçar-lhe algumas palavras de consolação, para sentir que os pais estão sempre ao seu lado, já que a companhia securizante dos pais permite às crianças ganharem segurança, deixando, progressivamente, de temer dificuldades e desenvolvendo, gradualmente, a sua

capacidade de resiliência.

Ao enfrentar dificuldade, a criança poderá ser incentivada a experimentar e aprender a aceitar o fracasso aos poucos, porque além de ser necessário muito tempo para o seu desenvolvimento, a resiliência requer ainda mais a paciência e coragem, pelo que os pais devem ser menos críticos possível, quando as crianças são assoladas pela frustração ou pelo fracasso, reagir mais positivamente, inculcando mais energia positiva à resiliência. Por último, os pais são incentivados a brincar e interagir mais com as crianças, permitindo-lhes elevar as suas capacidades de resiliência com a diversão.

Esse artigo foi disponibilizado pelo Centro de Apoio à Educação – Vida Triunfante da Cáritas Macau