

CO-OPerando

Para o sucesso
na participação



Cartilha educativa
para pais



Editorial

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
Departamento de Terapia Ocupacional

Este material é parte integrante do trabalho de doutorado:

Clarice Ribeiro Soares Araújo
Terapeuta Ocupacional
Doutoranda em Ciências da Reabilitação, UFMG
Profª Adjunta do Depto Terapia Ocupacional UFPB

Orientadoras:
Drª Lívia de Castro Magalhães, PhD, TO
Profª Titular do Depto de Terapia Ocupacional UFMG
Drª Ana Amélia Cardoso, TO
Profª Adjunta do Depto Terapia Ocupacional UFMG

Design, projeto gráfico e diagramação:
Taís Ribeiro Soares Oliveira
Discente em Design de Moda, Escola de Belas Artes, UFMG
taisrso@gmail.com

Como os pais podem ajudar na terapia?



Aprenda sobre o programa CO-OP

Participe das sessões terapêuticas.

Discuta as dúvidas com a terapeuta.

Seja frequente e pontual aos atendimentos.

Utilize o CO-OP em casa e na escola.

Providencie recursos e materiais para as METAS escolhidas pela criança.

Sumário

Apresentação	3
O que é Meta-Plano-Faz-Checa?	5
Como os pais podem ajudar a criança?	7
Como criar um bom plano ?	9
Boas estratégias	11
O que mais pode ajudar?	13
O que foi aprendido pode ser usado em outras tarefas?	15
Como os pais podem ajudar na terapia?	17

Apresentação

O CO-OP é um programa de terapia ocupacional no qual a criança com problemas de coordenação motora aprende a fazer tarefas que considera difíceis.

No CO-OP a criança é guiada pela terapeuta ocupacional a descobrir estratégias que ajudam a melhorar seu desempenho em tarefas que ela escolhe junto com sua família.

As estratégias cognitivas são um tipo de reforço simples que ajuda a criança a perceber seus erros e acertos ao fazer uma tarefa.

A participação dos pais nas sessões é muito importante, porque a criança deve ser incentivada a utilizar o que aprendeu em terapia, também em casa!

As informações desta cartilha podem ajudar os pais a usarem as estratégias cognitivas com suas crianças em casa.

Exemplo:

Se a criança aprendeu a usar a marca do X no chão como estratégia para pular corda, ORIENTE a usar a mesma estratégia em outras tarefas:

PAIS: O X parece um ótimo PLANO para marcar o meio, onde a corda bate, Vamos testá-lo?

[A criança consegue pular corda]

CRIANÇA: Legal! Consegui!

PAIS: Ótimo! Parabéns! Agora vamos pensar em que você pode usar este mesmo plano?



Outra tarefa utilizando a estratégia do X:

EXEMPLO: Fazer uma marca de X na folha para lembrar de recortar no meio, bem em cima da linha.

O QUE FOI APRENDIDO PODE SER USADO EM OUTRA TAREFA?

SIM!!!

A criança não só pode, como deve ser estimulada a usar as habilidades que aprendeu em outras tarefas. Incentive seu filho a usar as estratégias e movimentos já aprendidos em outras METAS e tarefas.



O que é META-PLANO-FAZ-CHECA?

META-PLANO-FAZ-CHECA é uma estratégia usada para ajudar a criança a pensar de forma mais organizada na tarefa que deseja fazer.

Como o META-PLANO-FAZ-CHECA fica fácil perceber onde e quando os acertos e erros surge. Ao identificar os erros, você e sua criança poderão juntos, pensar na melhor forma de solucionar problema!

META— O QUE EU QUERO FAZER?

PLANO — COMO EU VOU FAZER ISSO?

FAZ— REALIZAR O PLANO !

CHECA— ESTE PLANO DEU CERTO?
COMO EU POSSO MELHORÁ-LO?

EXEMPLO:

PAIS: Qual a sua META?

CRIANÇA: A META é pular corda!

PAIS: Veja o movimento da corda, onde ela bate no chão, é do lado ou no meio?

CRIANÇA: No meio.

PAIS: Hmmm, então onde será mais fácil saltar a corda?

CRIANÇA: No meio.

PAIS: Vamos tentar este PLANO, tente pular a corda no meio.

[A criança pula a corda com sucesso]

CRIANÇA: Eu consegui!!!

PAIS: Isso!!! Parabéns, você conseguiu! Então qual o melhor PLANO para pular a corda?

CRIANÇA: Ficar no meio, onde a corda bate.

MÃE: Este é um ótimo PLANO!



O que mais pode ajudar?

Um a coisa de cada vez!

Muitos problemas para alcançar a META podem surgir...Se isso acontecer, incentive a criança a falar o que está errado. Explique que ela não precisa desanimar é mais fácil aprender, se fizer UMA COISA DE CADA VEZ!

Oriente, não faça pela criança!

Converse, demonstre e faça perguntas para ajudar a criança a descobrir por si mesma o que precisa mudar para conseguir FAZER a sua META.

Pergunte sempre, não dê as respostas prontas!

Ajude o seu filho fazendo perguntas pequenas e simples para que ele descubra o que deve fazer para resolver um problema.

Faça o óbvio!

Chame a atenção da criança para as partes do PLANO que atrapalham na hora de FAZER. Demonstre o movimento, quando for preciso, imitando a criança, e pergunte o que pode estar errado.

Esta estratégia ajudará a:

1. Identificar a meta!
2. Desenvolver o plano!
3. Executar o plano!
4. Checar o plano!

Repita sempre em voz alta com a criança **META-PLANO-FAZ-CHECA**, e pergunte o que cada palavra significa.

Peça a criança que pense no fantoche apresentado na sessão terapêutica! "O Mr. Metaplanofazcheca!!! Aquele cachorro-detetive que sabe quase tudo!"

Como os pais podem ajudar a criança?

1. Deixe a criança escolher as metas que são importantes para ela.
2. Pergunte a criança o que ela precisa aprender para conseguir realizar a sua meta.
3. Pergunte a criança o que ela faz bem e o que sente dificuldade!
4. Incentive a criança a falar sobre os problemas que surgirem.
5. Ajude a criança a identificar uma estratégia para resolver o problema.

Atenção ao fazer:

Chame a atenção da criança para o que está fazendo. Exemplo: "Para onde você precisa olhar?"

Modificar a tarefa:

Converse com a criança sobre como o PLANO pode ser modificado. Exemplo: "Como vamos saber onde fica o meio?"

Conhecer a tarefa:

Converse com a criança sobre como o PLANO pode ser modificado. Exemplo: "Como vamos saber onde fica o meio?"

Sentir o movimento:

Chame a atenção para o movimento do corpo. Exemplo: "Como é o movimento do braço ao atirar a bola?"

Roteiro falado:

Use um roteiro falado de 4 ou 5 palavras fáceis e conhecidas pela criança, para guiar a sequência de movimentos. Exemplo: "Em cima, em baixo e em volta!"

Boas Estratégias

Para alcançar uma **META**, você e seu filho precisarão de bons planos! Experimente usar algumas destas estratégias para ajudar na solução de problemas!

LEMBRE-SE:

Não dê as respostas!! Apenas ajude a descobrir o que está errado e encontrar soluções.

Posição do corpo:

Chame atenção da criança para a posição do seu corpo durante a tarefa.

Exemplo: “Veja como você está sentado, esta é a melhor posição para fazer o dever?”

Nomes divertidos:

Dê nomes divertidos aos movimentos e posições do corpo. Eles ajudam a lembrar o que deve ser feito.

Exemplo: “Mão ajudante (para segurar a folha), “Orelhinha de coelho” (para amarrar o cadarço do tênis).



Valorize as tentativas!

Comemore as metas conquistadas!

Trabalhe uma meta de cada vez!

Converse sobre as metas!

Como criar um bom plano?

Quando a criança escolher uma META, você deve PLANEjar juntos como esta META pode ser alcançada.

Existem muitos PLANOS possíveis para realizar uma META.

Assim, se um PLANO não deu certo, estimule seu filho a substituí-lo por um novo PLANO.

Você pode ajudar, tornando óbvios à criança os PLANOS que não deram certo, através de exemplos práticos e encenações. Depois de FAZER o PLANO, a criança deve CHECAR em voz alta, identificando os acertos e os problemas que surgiram ao executar o PLANO.

O PLANO, às vezes, precisará ser modificado e melhorado e, algumas vezes, deverá ser abandonado. Mas os bons PLANOS poderão ser utilizados sempre que necessários.

Não diga à criança como fazer, apenas ajude a descobrir o melhor PLANO. Por exemplo: Ao invés de dizer “Chute a bola com mais força”, diga “por que será que a bola não chegou até o gol?”, incentivando a criança a descobrir que é necessário chutar com mais força para acertar o gol.

Você e seu filho poderão criar suas próprias estratégias ou usar sugestões desta cartilha. Veja a seguir alguns exemplos!

Exemplo:

PAIS: Qual sua meta?

CRIANÇA: A minha meta é recortar na linha!

PAIS: Eu não sei como fazer. Qual será o meu plano?

CRIANÇA: Você coloca a tesoura no papel perto na linha e recorta.

[Os pais obedecem as orientações e recortam pelo lado de fora da linha de modo desalinhado, com movimentos semelhantes aos que a criança reproduz. A criança observa.]

PAIS: Ok. Como foi o meu plano? Vamos checar?-

CRIANÇA: Olhe, você não recortou na linha e ficou

tudo torto.

PAIS: Mas eu coloquei a tesoura perto da linha. O que eu preciso fazer então? Acho que precisamos de um novo plano?

CRIANÇA: Você precisa colocar a tesoura em cima da linha e recortar com cuidado.

[Os pais realizam o plano, conforme as orientações]

PAIS: Então, como ficou? Vamos checar?

CRIANÇA: Isso! Você conseguiu. Este é um ótimo plano!

PAIS: É verdade este é um ótimo plano. Agora é a sua vez!