



CRECHE! CHEGOU O MOMENTO... E AGORA?

Creche! Chegou o momento... e agora? | Boletim Informativo | Setembro 2025 | Edição 30



E eis que chega o grande dia, o regresso ou a entrada na Creche... tempos de alegria, entusiasmo e expectativas, mas que também podem gerar alguma ansiedade, tanto para os pais como para a Criança.



Os receios dos pais passam, sobretudo, pelo bem-estar, segurança e integração da sua Criança neste novo contexto, seja com um novo Educador, novos amigos e um novo ano letivo.



Surgem algumas questões:

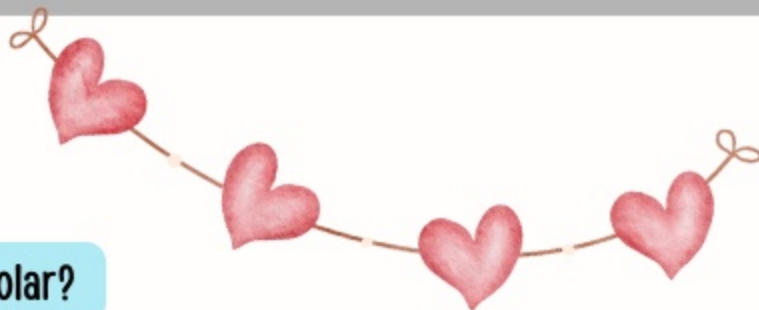
Será que vai ficar bem?

Vai sentir muito a nossa falta?

Será que vai chorar e a conseguem consolar?

Será que percebem o que ela tem?

E se se magoa? Fará amigos?



Poder usufruir destes dois Mundos é uma grande riqueza, quer para a Criança, quer para os pais. Mas, depois de um período mais alargado de convivência em família, é perfeitamente natural e saudável que se instale em todos uma certa nostalgia e se criem “barreiras invisíveis”, que podem ser um obstáculo no regresso tranquilo à rotina da Creche.





A ansiedade de separação faz parte do desenvolvimento infantil, podendo ser mais ou menos intensa consoante vários fatores, como o temperamento da Criança e a sua segurança na vinculação aos pais.

À medida que a Criança cresce, torna-se mais confiante e independente, cria relação com os Educadores e colegas, e percebe que os pais vão e voltam sempre, a ansiedade tende a diminuir.

Cada Criança tem o seu tempo e a sua forma de adaptação, tal como cada família. Às vezes decorre tudo de uma forma muito tranquila, outras vezes custa e demora mais, sendo necessário dar tempo para a adaptação.



É importante transmitir segurança/confiança, entusiasmo pela nova fase. Reconheça e respeite os sentimentos da sua Criança, mas mantenha a firmeza e a confiança de que tem de ir e que vai ficar bem, e de que logo voltam a estar juntos.



A Criança
pode estar rodeada de
amor, mas precisa de saber
que tem os pais para si no
final de cada dia.

Sugestões para facilitar a adaptação da Criança:

1.º Opte por uma adaptação de forma gradual:

2.º Faça tudo com calma pela manhã, para não gerar ansiedade:

3.º Saia de casa 10 minutos mais cedo, prevendo algum imprevisto:

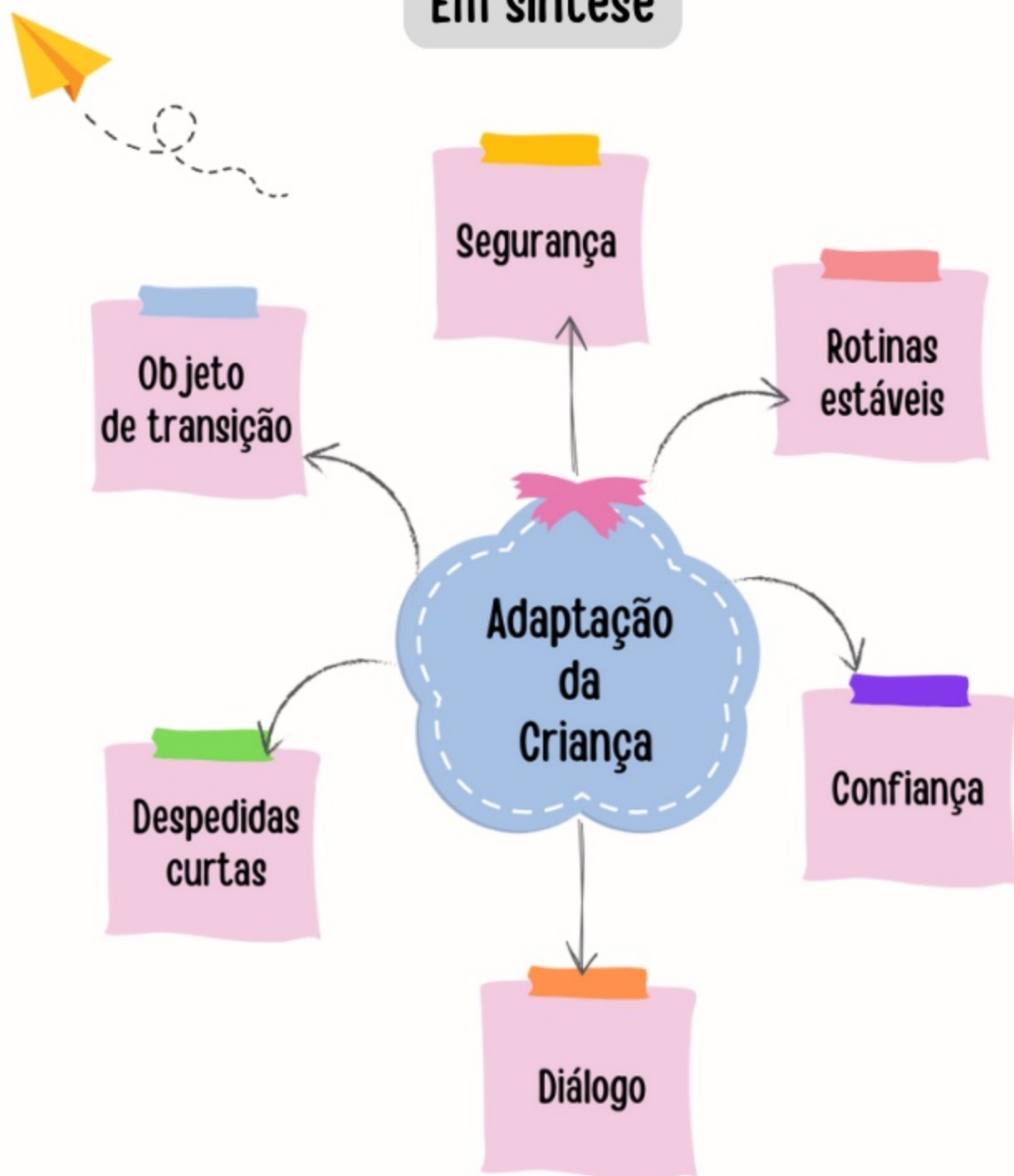
4.º Leve de casa um brinquedo de afeto escolhido pela Criança (objeto de transição):

5.º Diga-lhe adeus e crie uma rotina de despedida que não seja muito demorada (por exemplo: um beijinho na mão para a Criança o guardar até que venha buscá-la):

6.º Resista a voltar atrás para o “salvamento”, confie que ela está com profissionais com experiência e que tudo vai correr bem.



Em síntese



Acolher

“As portas reabrem-se para receber as crianças.

Com o tempo, atenção e cuidado que merecem, cabe a cada um de nós transformar um dia de tristeza, no início de uma das mais bonitas aventuras da vida de uma criança.”

Fábio Gonçalves

