**Anexo A: ESTRUTURA DOS MÓDULOS DE INTERVENÇÃO DESTINADOS AOS PAIS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **I****“CONHEÇO-ME ENQUANTO PESSOA”** | * Mostrar a pertinência da cognição social
* Exercitar a tomada de perspectiva
* Consciencializar para as dificuldades inerentes à compreensão dos outros
 | 1.ª “Quem sou eu?”2.ª “Eu e o outro” |
| **II****“CONHEÇO-ME ENQUANTO PAI/MÃE!”** | * Promover o auto-conhecimento
* Favorecer o contacto e confiança no outro
* Reconhecer a necessidade de mudança
* Reconhecer a influência dos estilos parentais (actuais e passados).
 | 1.ª “Pai para a vida!”2.ª “Que tipo de pai sou?” |
| **III****“SE EU TENHO TU TAMBÉM TENS”** | * Estabelecer a ligação entre sentimentos-pensamentos-comportamentos;
* Trabalhar o reconhecimento, expressão e auto-regulação emocional;
* Exercitar a comunicação não verbal na expressão do afecto e da escuta activa.
* Analisar o papel da modelagem parental
* Trabalhar o auto-controlo e estratégias para lidar com comportamentos desafiantes.
 | 1.ª “Percebendo os meus sentimentos e os dos outros”2.ª “Comportamentos, pensamentos, sentimentos?” |
| **IV****“SOMOS MESTRES”** | * Converter os pais em treinadores da competência emocional das crianças
* Apelar para a importância do brincar e da leitura, no exercício da tomada de perspectiva, da empatia e no desenvolvimento de comportamentos pró-sociais
* Promover a auto-estima dos participantes e das suas crianças
 | 1.ª e 2.ª “Estou aqui, para ti!”3.ª “A brincar… aprendes a experimentar o mundo!”4.ª “A ler… aprendes a ler o mundo!”5.ª “Gosto de mim… gosto de ti!” |
| **V****Avaliando…** | * Avaliar o impacto do programa
* Enfatizar a importância dos desafios inerentes ao cuidado prestado.
 | Balanço do programa |

**Anexo B: QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DO PROGRAMA DE PROMOÇÃO DO DESENVOLVIMENTO SÓCIO-COGNITIVO DAS CRIANÇAS (MÓDULOS DIRIGIDOS AOS PAIS)**

(Lucas, 2009)

### **Nome: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

### **Sexo:**  F🞎 M🞎 **Data de nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_**

**Estado civil: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Habilitações Literárias: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Filho(s): (nome, idade, sexo) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**INSTRUÇÕES:**

As questões que se seguem pretendem conhecer um pouco acerca da relação que tem com os seus filhos, no âmbito da promoção de certas competências nos mesmos.

Pedimos que responda de forma consciente, atendendo ao que habitualmente traduz o que se passa na sua família.

**I**

**Assinale com um círculo a resposta que melhor exprime a sua opinião.**

**Não Concordo Concordo Concordo Moderamente Concordo Bastante Concordo Plenamente**

 **(1) (2) (3) (4) (5)**

1. Acho que para compreender uma pessoa é necessário colocar-me na posição dela. 1 2 3 4 5
2. É preferível não mostrar os meus sentimentos aos meus filhos. 1 2 3 4 5
3. É importante analisar o que estou a sentir, porque sei que conhecer-me é importante para ser um melhor pai para o meu filho. 1 2 3 4 5
4. A forma como eu cuido do meu filho, desde bebé, tem influência na forma como ele se desenvolve, nos seus comportamentos e nas suas atitudes. 1 2 3 4 5
5. Quando erro junto do meu filho, acho importante pedir-lhe desculpa. 1 2 3 4 5
6. O meu filho tem medo do escuro. Costumo dizer-lhe que o escuro não faz mal a ninguém. 1 2 3 4 5
7. Acho que é certo uma criança sentir e exprimir sentimentos de raiva. 1 2 3 4 5
8. Prefiro deixar o meu filho “bater com a cabeça”, porque é assim que ele aprende. 1 2 3 4 5
9. Acho que bater é uma solução eficaz para os maus comportamentos do meu filho. 1 2 3 4 5
10. O meu filho sabe sempre que gosto dele e pode confiar em mim, não sendo necessário dizer-lho. 1 2 3 4 5
11. Quando o meu filho mostra-me um desenho que fez digo-lhe apenas que está bom, e volto a fazer o que estava a fazer. 1 2 3 4 5
12. O que o meu filho pensa de si próprio depende muito do que eu e os outros pensamos dele. 1 2 3 4 5
13. Acho que elogiar o meu filho por bons comportamentos que tenha, é mimá-lo demais. 1 2 3 4 5
14. Acho importante deixar os amigos do meu filho frequentarem a nossa casa. 1 2 3 4 5
15. Um rapaz lá da escola roubou o caderno do meu filho e o meu filho foi atrás dele e bateu-lhe. Quando chegou a casa quase que lhe dei os parabéns, por ter sido capaz de ter defendido o que era seu. 1 2 3 4 5
16. Brincar com o meu filho todos os dias é uma forma de mostrar que o amo e de lhe ensinar como resolver alguns problemas. 1 2 3 4 5
17. O meu filho riu de um menino que chorou ao tropeçar na rua. Acho importante ajudá-lo a colocar-se na posição do outro, para compreender o que outro estava a sentir. 1 2 3 4 5

**II**

**Assinale com um círculo a frequência em que ocorre o que é descrito.**

**Nunca Algumas vezes Muitas vezes Quase sempre Sempre**

 **(1) (2) (3) (4) (5)**

1. Preocupo-me em tentar perceber porque é que o meu filho chegou da escola irritado ou triste. 1 2 3 4 5
2. Tento ajudar o meu filho a perceber o que está a sentir e o motivo para tal. 1 2 3 4 5
3. Quando o meu filho está triste ou irritado, faço-o saber que o amo, aconteça o que acontecer. 1 2 3 4 5
4. Digo-lhe: “pára de chorar” ou “não devias estar a sentir-te assim”. 1 2 3 4 5
5. Olho o meu filho nos olhos quando estou a falar com ele, sobre como lhe correu o dia. 1 2 3 4 5
6. Quando o meu filho me conta que o dia correu mal, digo-lhe que o dia seguinte vai ser melhor, e mudo de assunto, para não prolongar mais esse seu sofrimento. 1 2 3 4 5
7. Ocupo um espaço do meu tempo para conversar com o meu filho, sem outras distracções. 1 2 3 4 5
8. Incito o meu filho a resolver os problemas de forma autónoma, orientando-o. 1 2 3 4 5
9. Quando imponho um limite, não explico a razão pela qual escolhi tomar essa decisão. 1 2 3 4 5
10. Dou castigos imediatamente após a ocorrência de um mau comportamento. 1 2 3 4 5
11. Acho importante ler para o meu filho. 1 2 3 4 5
12. Costumo pôr o meu filho a ajudar em casa, atribuindo-lhe responsabilidades. 1 2 3 4 5