
Detetive da
Primeira Infância
manual
CRIME SCENE - DO NOT CROSS



Introdução

A primeira infância é uma fase importantíssima no desenvolvimento humano, marcada por rápidos avanços cognitivos, sociais e emocionais.

Durante esses anos formativos, os pequenos começam a experimentar e expressar uma ampla gama de emoções, desde a alegria e surpresa até a frustração e medo.

O desenvolvimento emocional nesta fase estabelece as bases para a inteligência emocional futura, influenciando a forma como as crianças se relacionam com os outros, enfrentam desafios e se adaptam à mudança.

O reconhecimento e a validação das emoções são essenciais para o bem-estar psicológico das crianças, pois, ao aprenderem a identificar expressar suas emoções de maneira saudável, os pequenos desenvolvem habilidades de autorregulação.

Objetivos



O "Manual do Detetive Emocional" foi desenvolvido para servir como um recurso prático, fornecendo ferramentas e técnicas que facilitam a investigação das emoções dos pequenos.

Os **principais objetivos** deste manual são:

Fornecer métodos criativos para que as crianças possam descobrir e expressar suas emoções de maneira segura.

Inspirar uma intervenção investigativa, baseada em evidências, em que as emoções são vistas como pistas a serem exploradas e compreendidas.

Transformar psicólogas da Primeira Infância em verdadeiras detetives, capazes de desvendar e resolver os casos mais difíceis dessa faixa etária.

Fundamentos da Psicóloga Investigadora

Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para crianças pequenas

Como investigadora da Primeira Infância, você precisa saber utilizar a TCC correta para trabalhar a regulação emocional com a criança menor de 8 anos. Entender o que realmente funciona para as necessidades específicas da criança pequena.

Análise do comportamento

Entender as bases da ciência da Análise do comportamento te ajudará a ser mais assertiva nas suas intervenções, sabendo fazer boas análises funcionais e intervir de forma individualizada com o paciente..

Cérebro da Criança

Conhecer a trajetória do desenvolvimento das habilidades e os marcos do desenvolvimento te dá ferramentas para uma escolha segura de recursos, estratégias e qual intervenção se adapta às necessidades da criança.



Brincar

A criança pequena (menor de 8 anos) tem grande necessidade do movimento, do brincar. Usar estratégias adaptadas da TCC Clássica não atende às necessidades dessa criança

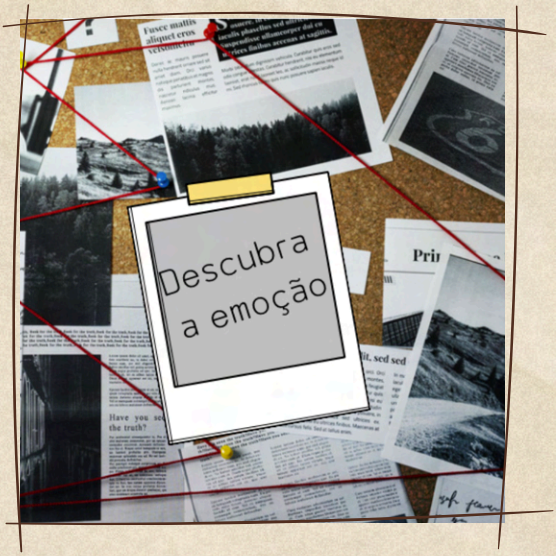
Portanto, entender os níveis do brincar, trajetória do desenvolvimento e funções executivas é a chave para usar o lúdico como mediador externo para o ganho de habilidades cognitivas e emocionais.

Análise do comportamento

Entender os impactos dos pilares da infância e intervir nos aspectos que podem mascarar ou interferir no comportamento da criança é primordial.

Atividades de Investigação

Assim como um detetive, que se baseia em um mapa durante as investigações, você pode utilizar a analogia de investigação para ensinar sobre as emoções, suas pistas e funções. Monte um quadro como esse abaixo para ensinar sobre cada emoção:



Nessa atividade, a criança aprenderá sobre: cada emoção, observar pistas (expressão facial, tom de voz, linguagem corporal), analisar contextos e a função de cada emoção.

Fazendo na prática:

Hoje, vamos nos transformar em verdadeiros detetives de emoções, [nome da criança]! Assim como um detetive usa mapas para encontrar pistas, nós vamos usar um quadro para investigar as emoções.

Vamos observar pistas como expressões faciais, o tom de voz e a linguagem corporal, que nos ajudam a entender o que cada emoção está nos dizendo.

Juntos, vamos analisar diferentes situações para descobrir como e por que nos sentimos tristes, alegres, com medo etc. Você está pronto (a) para fazer isso junto comigo?



Mapas de Emoções

Criar mapas de emoções com os pequenos é uma ferramenta útil para ajudá-los a visualizar e entender suas respostas emocionais em diferentes situações.

"Essa técnica transforma sentimentos abstratos em algo concreto e acessível, facilitando a autorregulação emocional.

Representar as emoções em um formato gráfico melhora a compreensão emocional e fortalece habilidades de regulação afetiva."

(Kringelbach & Berridge, 2010).

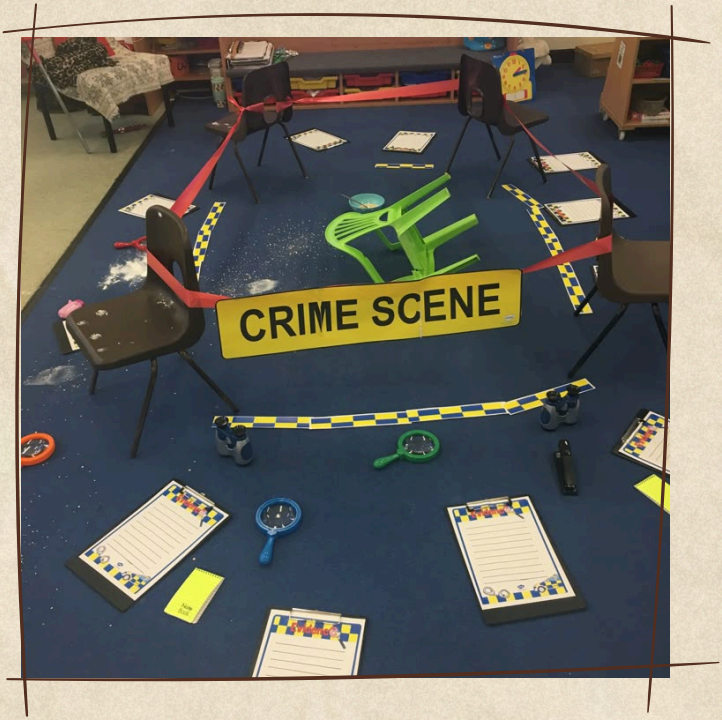
Fazendo na prática:

[Nome da criança], vamos dar uma olhada neste mapa. Ele é como um mapa do de investigação, e vamos descobrir, através dele, onde cada emoção mora dentro de você.

Podemos ver onde a alegria, a tristeza, a raiva e outras emoções estão, e isso vai nos ajudar a entender melhor como você se sente em diferentes momentos.

Está pronto (a) para começar essa investigação comigo?

Cena do Crime



Monte cenas de crime e coloque situações para a criança descobrir qual emoção (se a criança já tiver 8 anos pode acrescentar pensamentos) a criança sentiu naquela situação.

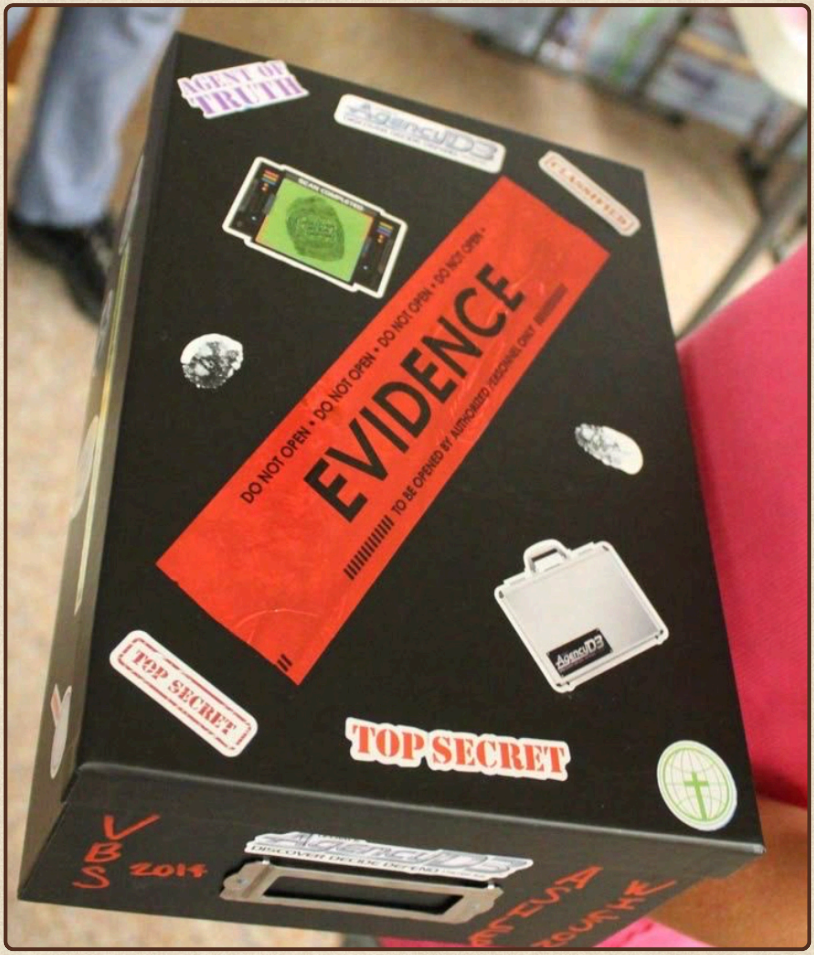
Nesta atividade estamos trabalhando a relação entre as emoções e o comportamento e pensamento (crianças maiorzinhas).

Fazendo na prática:

Hoje, vamos brincar de detetive de uma cena emocional! A partir de agora, vamos investigar uma situação e tentar descobrir quais emoções estavam presentes.

[Nome da criança], você pode me ajudar a identificar as pistas, como expressões faciais ou palavras que foram ditas, para resolver esse mistério emocional?

Caixa das Evidências



Faça uma caixa das evidências e coloque nela todas as evidências que refutam as crenças disfuncionais do paciente ou seu medo disfuncional, por exemplo.

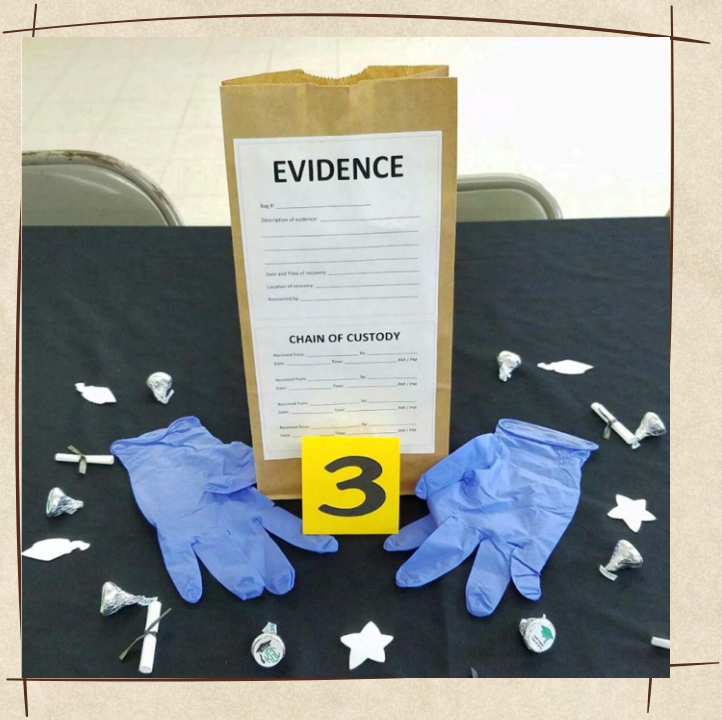
Fazendo na prática:

Olha que legal o que temos aqui: essa é uma caixa que contém muitas evidências legais!

E, assim como um detetive guarda pistas importantes, nesta caixa tem algumas informações que mostram como você realmente se sente.

Vamos juntar todas as evidências para entender melhor suas emoções. Você já está pronto (a) para encontrar essas evidências?

Saquinho das Evidências



Em alguns casos é importante pedir que o paciente “vá a campo” buscar evidências para o que acredita.

Caso: *Paciente apresenta ciúmes dos irmãos e frequentemente diz que a mãe só passa tempo com os irmãos e que, portanto, só ama os irmãos.*

Você pode fazer um “saquinhos das evidências” para que ele investigue isso durante a semana. Faça um roteiro guiando quais pistas ele deve coletar durante a semana.

Fazendo na prática:

Este é o nosso saquinho das evidências, [nome da criança]. Durante a semana, você pode colocar aqui pequenas pistas sobre suas emoções.

Quando você voltar, vamos abrir juntos e descobrir o que elas nos dizem sobre suas emoções.





Missão do Dia

Crie para o seu agente secreto/detetive/investigador (pode escolher o que você preferir, psi) as missões do dia.

Nela você pode colocar de forma lúdica a agenda da sessão, as atividades e desafios que a criança precisará desvendar na sessão.

Fazendo na prática:

Pronto para a missão de hoje, [nome da criança]? Cada dia, temos uma missão especial para descobrir mais sobre suas emoções.

Hoje, podemos tentar uma nova atividade ou um jogo que vai nos ajudar a entender melhor como você se sente. Vamos ver se conseguimos completar essa missão juntos?

Falando sobre temas difíceis usando a metáfora do investigador

1. Eu inicio retomando com a criança que o Psicólogo é como um detetive das emoções.

2. Explico para a criança que o comportamento dela me dá pistas de como as emoções e pensamentos dela estão.

3. E assim como Sherlock Holmes, eu estou percebendo algumas pistas que me sinalizam que algo está acontecendo com ela.

4. Aqui, eu começo a descrever os comportamentos. Uso muito essa abordagem para trabalhar com pacientes evitativos e também com suspeita de abuso sexual.





Recursos para pais e cuidadores

Para que a criança avance no desenvolvimento emocional, é essencial que pais e cuidadores sejam envolvidos nesse processo.

Compartilhar materiais educativos, como guias práticos sobre regulação emocional e estratégias para lidar com desafios diários, fortalece a conexão entre o trabalho clínico e o ambiente familiar.

Quando psicólogos e famílias trabalham juntos, os resultados são muito mais eficazes.



Ao longo deste manual, você aprendeu a assumir o papel de detetive das emoções da Primeira Infância. Utilizamos estratégias baseadas em evidências, como Terapia Cognitivo-Comportamental, Análise do Comportamento e o conhecimento sobre o cérebro da criança, para ajudá-las a entenderem e gerenciarem suas emoções.

Ferramentas práticas e lúdicas são mediadores externos que nos auxiliam a ensinar habilidades internas. Processos cognitivos abstratos e complexos se tornam mais palpáveis e interessantes ao usarmos o lúdico.

Este manual é um guia adaptável para nortear sua prática clínica infantil. A partir de agora, use sua lupa e comece a desvendar os casos dos seus pequenos.









Sobre a autora

Nathalia Heringer é psicóloga e neuropsicóloga, mestre em Cognição e Comportamento (UFMG), pós-Graduada em Neuropsicologia e em Terapia Cognitivo Comportamental.

Há mais de 10 anos atua na avaliação neuropsicológica, intervenção precoce e atendimento clínico de crianças da primeira infância.

Fundadora da Formação em Primeira Infância, além de professora de pós-graduação, sócio-diretora do INPI (Instituto de Neuropsicologia e Psicologia Infantil), Instituto Criar e diretora da Clínica Pequeninhos.

FORMAÇÃO Primeira Infância INPI criar PRO

Uma formação completa para você estar pronta para atender a alta demanda da primeira infância



Garanta R$2.000,00 de desconto para entrar nessa turma

Clique aqui