

## Frases de apoio

Aqui estão algumas frases prontas que os adultos podem usar para tranquilizar, reforçar e apoiar a criança do pré-escolar em várias situações. Sinta-se à vontade para adaptar essas frases para situações específicas ou adaptá-las ao seu próprio estilo de comunicação. A chave é proporcionar conforto, reforço positivo e uma sensação de segurança para o pré-escolar.

### Garantia:

1. "Eu estou aqui para ti, e nós vamos descobrir isso juntos."
2. "Não há problema em sentir [emoção]. Todos nos sentimos assim às vezes."
3. "Estás seguro, e eu amo-te não importa o que aconteça."
4. "Eu entendo que isso pode ser difícil para ti. Vamos trabalhar nisso juntos."
5. "Erros acontecem, e é assim que aprendemos. Estou orgulhoso de ti por tentares."

### Reforço:

6. "Eu acredito em ti e nas tuas capacidades."
7. "Estás a fazer um trabalho ótimo! Mantém-te assim."
8. "Eu amo-te como tu és.[comportamento positivo específico]."
9. "Tens uma maneira única e maravilhosa de [habilidade ou talento]."
10. "O teu esforço e trabalho duro realmente compensam. Continua assim!"

### Apoio:

11. "Estou aqui para te ouvir sempre que quiseres falar."
12. "Se precisares de ajuda, avisa-me. Estou aqui para ti."
13. "Eu entendo que é frustrante. Vamos encontrar uma solução juntos."
14. "Não estás sozinho nisso. Podemos pedir ajuda se precisarmos."
15. "Estou muito orgulhoso de como lidaste com essa situação. Os teus sentimentos são importantes."

### Encorajamento:

16. "Eu sei que isso é desafiador, mas eu acredito que podes fazê-lo."
17. "Respira fundo. Tu consegues."
18. "Adoro ver-te explorar e aprender coisas novas."
19. "Estás a crescer e a aprender todos os dias, e eu estou aqui para te apoiar."

20. "Lembre-se, não há problema em cometer erros. É assim que aprendemos e melhoramos."

Afeto:

21. "Eu amo-te como tu és, não importa o quê."

22. "Abraços e abraços podem fazer as coisas se sentirem um pouco melhor."

23. "O teu sorriso ilumina o meu dia. Vamos encontrar coisas que te façam sorrir também."

24. "Sou grato por ser teu pai. Trazes tanta alegria à nossa família."

25. "Não importa o que aconteça, estou sempre aqui de braços abertos e com um coração cheio de amor."

Aqui estão algumas frases prontas que os pais podem utilizar para falar com o seu filho de uma forma positiva e estimulante sobre o que aconteceu no jardim de infância.

Estas frases têm como objetivo encorajar uma comunicação aberta, realçar os aspetos positivos do dia e dar à criança a possibilidade de partilhar as suas experiências de uma forma solidária e afirmativa.

1. "Estou muito contente por saber como foi o teu dia! Qual foi a coisa mais interessante que aprendeste ou fizeste?"

2. "Vejo que tiveste um dia ótimo. O que é que te fez sorrir mais?"

3. "Os teus professores devem ter ficado muito orgulhosos de ti hoje. De que feitos te orgulhas?"

4. "Adoro ouvir falar dos teus amigos com quem brincavas. De que jogos ou atividades gostavam juntos?"

5. "Fala-me dos desafios que enfrentaste hoje. Como é que os ultrapassaste?"

6. "Estou ansioso por saber que parte do dia te fez sentir mais confiante. O que é que fizeste que te deixou orgulhoso?"

7. "Descobriste alguma coisa nova hoje? Fico sempre fascinado com o que estás a aprender."

8. "A tua bondade transparece. Podes partilhar um momento em que tenhas sido um bom amigo ou ajudado alguém?"

9. "Aprender é uma aventura e estou entusiasmado por estar nesta viagem contigo. Que coisas emocionantes aconteceram durante as tuas aulas?"

10. "Aprecio o esforço que dedicam às vossas atividades. O que achaste mais interessante ou desafiante?"

11. "A tua singularidade é espantosa. Podes dizer-me algo especial ou criativo que tenhas partilhado hoje?"

12. "Adoro ouvir falar das tuas experiências. Como é que expressaste os teus sentimentos ou pensamentos durante as diferentes partes do dia?"

13. “Estás a tornar-te uma pessoa tão inteligente e capaz. Que novas competências desenvolveste ou praticaste hoje?”
14. “A tua imaginação é incrível. Podes partilhar um momento divertido e imaginativo do dia de hoje?”
15. “Estou grato pela pessoa maravilhosa que te estás a tornar. Que escolhas ou ações positivas fizeste hoje?”