

DICAS APDC

EXPERIMENTA A PROFISSÃO DO/A PAI/MÃE

N.º 15

Com esta atividade pretende-se que a criança realize atividades em conjunto, ou semelhantes, às do/a pai/mãe. Pode-se compreender esta dinâmica como uma adaptação da ideia do “**dia de levar o/a filho/a para o trabalho**”, permitindo assim que o/a pai/mãe continue a realizar as suas funções, ocupando o tempo livre da criança e fomentando a interação entre ambos. De igual forma, conseguem dar uns **primeiros passos de exploração vocacional com as crianças**, ao darem a conhecer as funções associadas à sua profissão.

Apresentamos alguns exemplos que podem facilitar a realização desta tarefa:



✓ Se na sua profissão exercer funções com semelhanças a **lidas domésticas** (e.g., chefes de cozinha, empregada de limpeza), faça dessas lidas um “evento” a ser realizado em conjunto com o seu filho;

✓ Se na sua profissão realizar **tarefas administrativas** coloque a sua criança a fazer desenhos ou a escrever (ou até a realizar trabalhos das aulas online) em simultâneo e no mesmo espaço de trabalho. No final poderá fazer uma tarefa de organização dos materiais;

✓ Se for **digital influencer** pode ensinar o seu filho a fazer vídeos com a máquina fotográfica e/ou telemóvel. Dependendo da idade da criança também a pode ensinar a editar o vídeo.