



21/24
desafios criativos

F R A S C O
R E S O L V E
P R O B L E M A S .

www.artesplasticasdamaafalda.pt
www.capti.pt
www.pin.com.pt

M A T E R I A I S :

FRASCO DE VIDRO

PAPEL BRANCO

LÁPIS DE CARVÃO

CANETA PRETA

TESOURA

LÁPIS DE CERA OU PASTEL DE ÓLEO

VERNIZ OU COLA LÍQUIDA TRANSPARENTE

2 ROLOS DE PAPEL HIGIÊNICO

TINTA GOUACHE OU ACRÍLICA

PINCEL

CANETA BRANCA

PAPEL A4 BRANCO

D I N Â M I C A D O P R O J E T O

FRASCO RESOLVE PROBLEMAS

COM ESTE DESAFIO ENTRAMOS NO TEMA - RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS.

NEM TODAS AS CRIANÇAS SABEM LIDAR BEM COM OS PROBLEMAS QUE APARECEM NO DIA-A-DIA, UNS MAIORES E MAIS COMPLICADOS QUE OUTROS.

O FRASCO RESOLVE PROBLEMAS VEM TRAZER UMA FORMA PARA RESOLVER OS PROBLEMAS. NADA COMO ESCREVER, ESQUEMATIZAR E PENSAR EM TODAS AS HIPÓTESES DE COMO PODEMOS ABORDAR E TENTAR RESOLVER O NOSSO PROBLEMA.

DENTRO DO FRASCO ENCONTRAMOS 4 ROLOS NUMERADOS, CADA ROLO TEM UM ESQUEMA DE TENTATIVA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS. UM, A IDEIA É COMEÇAR POR FAZER PRIMEIRO O ESQUEMA DO ROLO 1, DEPOIS O ESQUEMA DO ROLO 2, SEGUIDO DO ESQUEMA DO ROLO 3 E POR FIM SE A CRIANÇA CONTINUAR A INSISTIR NO PROBLEMA PASSAR PARA O ESQUEMA DO ROLO 4. A IDEIA DE SER UM FRASCO É PARA TORNAR A RESOLUÇÃO DOS PROBLEMAS COMO UMA COISA QUE ESTÁ SEMPRE À MÃO E À QUAL PODEMOS RECORRER SEMPRE QUE PRECISARMOS. O FRASCO PODE FICAR ARRUMADO EM CASA NUMA PRATELEIRA ACESSÍVEL A TODOS.

MUITAS CRIANÇAS ENTRAM EM PÂNICO QUANDO CONFRONTADAS COM UM PROBLEMA, FICAM ANSIOSAS E BLOQUEIAM, O OBJETIVO DESTE FRASCO É AJUDAR AS CRIANÇAS A TREINAREM CAPACIDADES PARA SOZINHAS CONSEGUIREM RESOLVER OS SEUS PROBLEMAS, NEM MESMO QUE SEJA SABER PEDIR AJUDA A UM ADULTO.

MAIS UMA VEZ VIMOS RECORRER A MATERIAIS QUE TEMOS EM CASA E QUE PODEMOS REUTILIZAR.

BOM TRABALHO



1ºPASSO

DESENHAR AS
PALAVRAS -
'FRASCO RESOLVE
PROBLEMAS'.



2º PASSO

R E C O R T A R A S
L E T R A S .



3º PASSO

P I N T A R A S L E T R A S .

EU PINTEI AS LETRAS COM LÁPIS PASTEL DE ÓLEO.



4º PASSO

PASSAR VERNIZ OU
COLA LÍQUIDA
TRANSPARENTE POR
CIMA DAS LETRAS
PARA DAR BRILHO E
FIXAR.



5º PASSO

C O L A R A S
L E T R A S
N O F R A S C O .

USEI COLA LÍQUIDA PARA COLAR AS LETRAS AO FRASCO DE VIDRO.



6ºPASSO

**RECORTAR 4
RODELAS DE 2
ROLOS DE PAPEL
HIGIÉNICO.**



7ºPASSO

**PINTAR AS 4
RODELAS COM
CORES
DIFERENTES.**

USEI TINTA GOUACHE PARA PINTAR.



8ºPASSO

NUMERAR OS 4
ROLOS DE 1 A 4.

1 EU TENHO UM PROBLEMA

QUAL É O TEU PROBLEMA?

ESCREVE O TEU PROBLEMA NA CAIXA

CONSIGO RESOLVER O MEU PROBLEMA?

SIM

COMO RESOLVI O MEU PROBLEMA

IUPI!
RESOLVI O MEU PROBLEMA

ESCREVE OU DESENHA NO VERSO DESTA FOLHA COMO TE SENTES POR TERES CONSEGUIDO RESOLVER O TEU PROBLEMA.

NÃO

PEDE AJUDA A ALGUÉM. A QUEM PODES PEDIR AJUDA?

QUAL O ONSELHO QUE TE DERAM? ACHAS QUE VAI AJUDAR?

O TEU PROBLEMA FOI RESOLVIDO? ESCREVE OU DESENHA NO VERSO DESTA FOLHA O QUE DEVES FAZER A SEGUIR.

9º PASSO

COPIAR OU IMPRIMIR A FOLHA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS 1

ESTE ESQUEMA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS FOI TIRADO DO SITE WWW.MOSSWOODCONNECTIONS.COM

2 RESOLVESTES O TEU PROBLEMA?

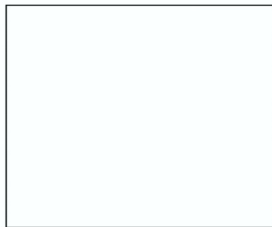
O MEU PROBLEMA FICOU RESOLVIDO?

SIM

O QUE PROVOCOU O PROBLEMA?
O QUE POSSO FAZER PARA EVITAR
QUE SE REPITA NO FUTURO?



COMO FOI RESOLVIDO O MEU PROBLEMA?
O QUE AJUDOU?



IUPI!
AGORA POSSO RELAXAR

NÃO

SERÁ QUE HÁ SOLUÇÃO PARA
MEU PROBLEMA?

NÃO

ÀS VEZES A
MELHOR
COISA
A FAZER É
ANDAR
PARA A
FRENTE
E CONTINUAR.
DESENHA OU
ESCREVE
ALGO QUE TE
FAÇA FELIZ!

SIM

SIM

PREENCHI TUDO
NA MINHA FOLHA
DE RESOLUÇÃO
DE PROBLEMAS 1?

NÃO

POSSO PEDIR A MAIS UMA PESSOA
PARA ME AJUDAR A RESOLVER O
MEU PROBLEMA.
FAÇO OUTRA VEZ A FOLHA DE
RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS 1.

10º PASSO

COPIAR OU IMPRIMIR A FOLHA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS 2

ESTE ESQUEMA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS FOI TIRADO DO SITE
WWW.MOSSWOODCONNECTIONS.COM

3

ESCREVE OU DESENHA SOBRE COMO TE SENTES AO PARTILHAR E FALAR SOBRE O TEU PROBLEMA PELA 1ª VEZ COM ALGUÉM.



ESCREVE OU DESENHA SOBRE COMO A OUTRA PESSOA REAGIU AO OUVIR O TEU PROBLEMA PELA 1ª VEZ.



11º PASSO

**COPIAR OU IMPRIMIR A FOLHA
DE RESOLUÇÃO DE
PROBLEMAS 3**

ESTE ESQUEMA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS FOI TIRADO DO SITE
WWW.MOSSWOODCONNECTIONS.COM

4

ESCREVE OU DESENHA SOBRE COMO TE SENTES AO FALAR DO
TEU PROBLEMA PELA 4ª, 5ª, 6ª OU 7ª VEZ.



ESCREVE OU DESENHA SOBRE COMO A OUTRA PESSOA REAGIU
AO OUVIR O TEU PROBLEMA PELA 4ª, 5ª, 6ª OU 7ª VEZ.



12º PASSO

**COPIAR OU IMPRIMIR A FOLHA
DE RESOLUÇÃO DE
PROBLEMAS 4**

ESTE ESQUEMA DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS FOI TIRADO DO SITE
WWW.MOSSWOODCONNECTIONS.COM



13ºPASSO

PÔR AS RESPECTIVAS
FICHAS ENROLADAS
DENTRO DO
RESPECTIVO ROLO.

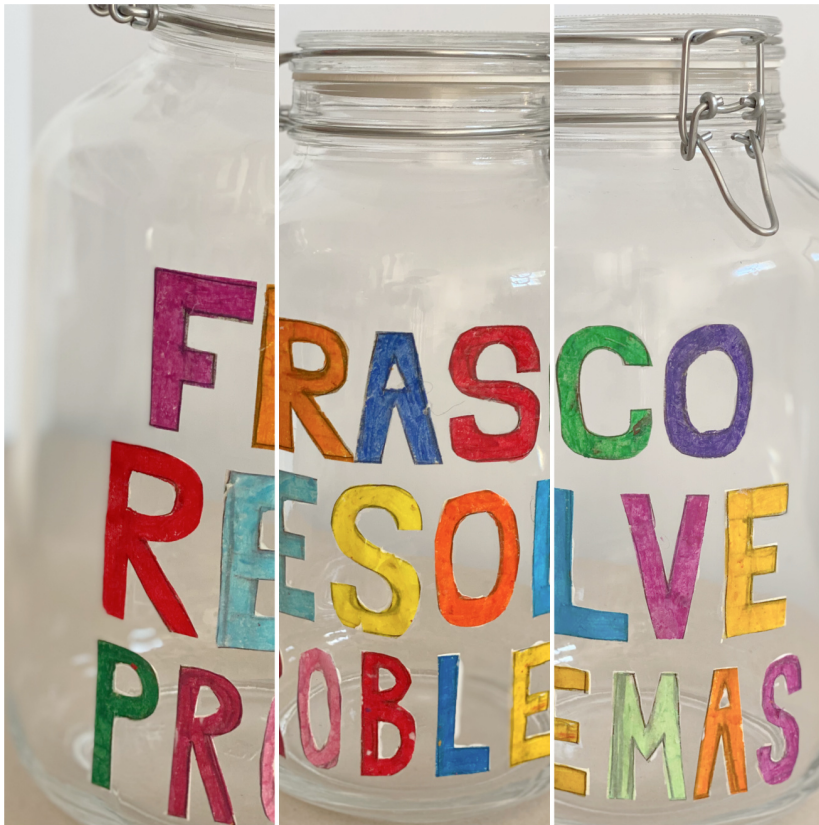


14ºPASSO

PÔR OS ROLOS
DENTRO
DO FRASCO.



FRASCO PRONTO
PARA SER USADO!



AS CAPACIDADES
PARA RESOLVER
PROBLEMAS DEVEM
SER ESTIMULADAS
NAS CRIANÇAS.

COM A ATIVIDADE PROPOSTA NESTE DESAFIO PROMOVE-SE UMA OPORTUNIDADE PARA DESENVOLVER UMA COMPETÊNCIA FUNDAMENTAL PARA LIDAR COM OS DESAFIOS DO QUOTIDIANO, A CAPACIDADE DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS. ESTA COMPETÊNCIA PODE SER APRENDIDA ATRAVÉS DE ALGUNS PASSOS. MAS QUANDO SURGE UM PROBLEMA, ANTES DE COMEÇAR A TENTAR RESOLVÊ-LO, É ESSENCIAL ESTAR CALMO! ENTRE OS DESAFIOS ANTERIORES, AS CRIANÇAS JÁ TÊM VÁRIAS 'FERRAMENTAS' PARA CONTROLAR AS SUAS EMOÇÕES, LIDAR COM A ANSIEDADE E ALCANÇAR A CALMA. EM SEGUIDA, ESTÃO PRONTOS PARA COMEÇAR A PENSAR E RESOLVER O PROBLEMA. COM A AJUDA DOS ESQUEMAS QUE SE ENCONTRAM DENTRO DO 'FRASCO RESOLVE PROBLEMAS', E DOS PAIS, AS CRIANÇAS PODEM SER ESTIMULADAS A SEGUIR OS PASSOS SEGUINTE NA RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS:

- 1 - COMEÇAR POR DEFINIR CONCRETAMENTE O PROBLEMA;
- 2 - PENSAR EM SOLUÇÕES PARA O PROBLEMA. NESTE PASSO, É IMPORTANTE ESTIMULAR AS CRIANÇAS A PENSAREM EM VÁRIAS COISAS E A VERBALIZÁ-LAS, MESMO QUE PAREÇAM SEM NEXO OU DEMASIADO IMAGINATIVAS, POIS ESTIMULA-SE O PENSAMENTO DIVERGENTE, TORNANDO-SE ATÉ UM MOMENTO DIVERTIDO COM ALGUMAS DAS IDEIAS QUE PODEM SURTIR.
- 3 - PENSAR NAS CONSEQUÊNCIAS DAS SOLUÇÕES. O QUE ACONTECE SE TENTARMOS DIFERENTES SOLUÇÕES?
- 4 - ESCOLHER A MELHOR SOLUÇÃO.
- 5 - PÔR EM PRÁTICA.

COM O MATERIAL PRODUZIDO NESTE DESAFIO, PROMOVE-SE A REFLEXÃO SOBRE O PROCESSO DE RESOLVER O PROBLEMA, O QUE SE FEZ, O QUE SE SENTIU, COMO RESULTOU E QUE AJUDA SE PRECISOU. PROMOVE-SE O PENSAMENTO ABSTRATO E A FLEXIBILIDADE COGNITIVA. E DESTA FORMA DIVERTIDA E SUSTENTÁVEL, AS CRIANÇAS APRENDEM A TER UMA ESTRATÉGIA PARA RESOLVER PROBLEMAS.

Inês Leitão
Psicóloga Clínica e Psicoterapeuta
PIN - Em todas as fases da vida
Coordenação do Núcleo de Perturbação do Espectro do Autismo