



EBOOK

Cuidado Infantil e Familiar

**EM ÉPOCA DE
COVID-19**



Introdução



Esse E-book foi pensado com muito carinho no auxílio a crianças e suas famílias/cuidadores em épocas de resiliência no COVID-19.

Momentos de crise podem provocar pânico e angústias generalizadas na população, principalmente quando não se tem total conhecimento sobre como no caso do coronavírus. Esse tipo de situação pode comprometer a saúde emocional, causando estresse, preocupações, medos e ansiedade, inclusive nas CRIANÇAS.

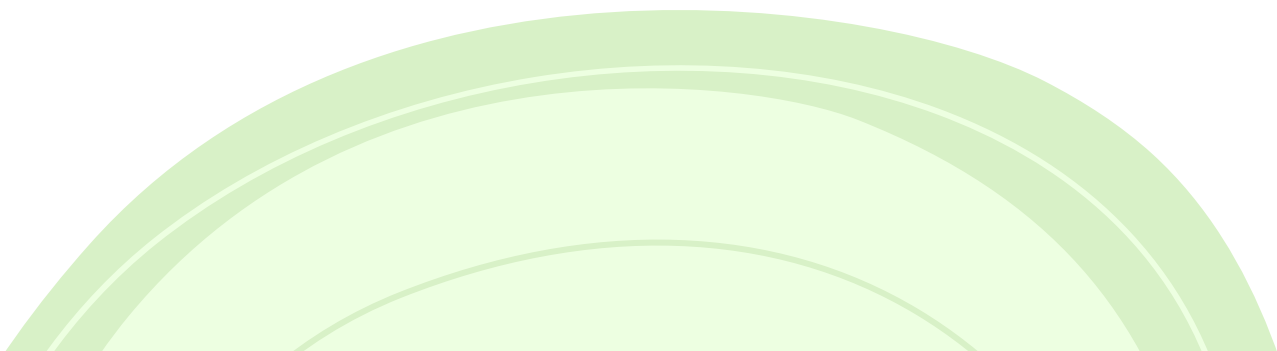
A pandemia de coronavírus pede responsabilidade coletiva. Mesmo que os pequenos estejam fora do grupo de risco, já sabemos que elas são veículos de transmissão potente e podem ser contaminadas, podendo afetar as populações mais frágeis e de risco, incluindo os avós, alguém gestando ou experienciando o pós parto em casa ou os que enfrentam problemas respiratórios ou similares.

Vale lembrar que o isolamento domiciliar que órgãos como a OMS (Organização Mundial da Saúde e Ministérios da Saúde dos países a fora estão indicando é para todos, não apenas para casos de suspeita de contaminação. Pessoas infectadas pelo novo vírus devem redobrar os cuidados e seguir procedimentos com regras específicas.

Quando lidamos com esse tipo de situação precisamos construir um diálogo sincero e construtivo sobre humanidade. Precisamos lembrar que não é tempo de férias, mas de respirar, cumprir medidas de prevenção e exercer a cultura do cuidado e da resiliência. Dessa forma, se faz necessário " criar estratégias " para preservar o bem-estar das crianças, famílias e cuidadores durante a pandemia.

Primeiramente precisamos ver as crianças como parte integrante e ativa do núcleo familiar, as crianças precisam ficar cientes do que está acontecendo pois é a melhor forma de elaborar esse conteúdo.

Não é sua responsabilidade entreter a criança do dia todo. Vale a pena dar e ter opções de entretenimento em mente, garantir que tenham brinquedos ou arts&crafts disponíveis, mas deixe a criança criar, se entediar, procurar o que fazer, a infância se desenvolve também no ócio criativo, a criança aqui com essa possibilidade obterá condições de desenvolver mecanismo de cooperação para momentos de adversidade.



Dicas importantes para integrar as crianças nesse novo contexto:



CONVERSE sobre o que está acontecendo nesse momento. Esclareça dúvidas e gere informações compatíveis com idade e nível de desenvolvimento.



AJUDE a criança a expressar os SENTIMENTOS. Brincar, desenhar, pintar e qualquer recurso lúdico e artístico podem ajudar.



CRIE novas rotinas. Na medida do possível, as rotinas diárias das crianças precisam existir, as crianças precisam da segurança que se tem em contos de fadas (Era uma vez + passar por muitas adversidades e turbulências + e foram felizes para sempre) para internalizarem que no final tudo estará bem e dará certo. Rotinas trazem esse aspecto de começo, meio e fim que a infância necessita para se validar nos dias dos adultos.



AFETO, Lembre-se que afeto não é apenas beijo e abraço. Afeto é escuta amorosa, é olhar que se cruza, é carinho nos momentos difíceis e também nos silêncios necessários. Mantenham a afetividade que conforta.



LAÇOS FAMILIARES, Minimize as saudades de familiares e amigos, façam vídeo chamadas, escrevam cartinhas, façam cartões. Que possamos estar em contato com os nossos mesmos que virtualmente. É tempo de explorar as habilidades nesse quesito.





BRINCADEIRAS que divertem, a participação dos pais no brincar é prazeroso e enriquecedor, permitindo diversão para toda a família. Separe sempre que possível brincadeiras em família, é um ótimo momento para cultivar hábitos familiares saudáveis e produtivos.



De ESPAÇO para as crianças. De espaço para que brinquem sozinhas também, é muito importante esse momento para toda a família. Brincando sozinha a criança constrói seu próprio mundo imaginário e atravessa as adversidades do dia a dia na possibilidade do brincar.

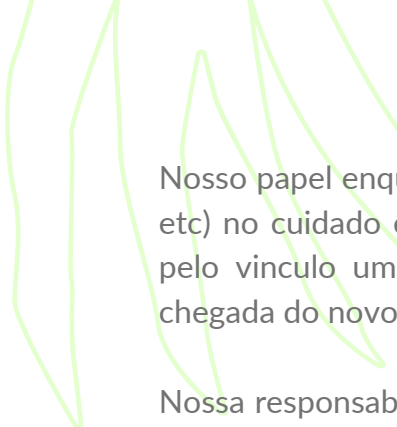


ESTUDOS, direcione um tempo do dia para verificar como está indo essa área na rotina da criança, identifique como sua família está lidando com o ensinar e as tarefas escolares no isolamento e adapte de acordo com o que for melhor para vocês. Pense que muitas vezes é muito difícil focar e concentrar-se em questões mais conteudistas em épocas de crise, vá com calma, recomendo que priorize o bem estar, a leveza, o impacto emocional e então construa um ambiente com menos pressão acadêmica e mais humanização afetiva.



DEVERES, insiram as crianças nas atividades de casa, deixe que os pequenos auxiliem no que for possível no dia a dia mesmo que em tarefas bem simples. A criança precisa pertencer a esse momento único familiar e com essa inserção ela se sente preenchida na construção do dia a dia.







Nosso papel enquanto adultos (pai, mãe, avós, tios, padrinhos, educadores, redes de apoio etc) no cuidado e acolhida da criança no mundo é ser base que acolhe, cuida e permeia pelo vínculo um desenvolvimento seguro. E ao mesmo tempo somos aprendizes pela chegada do novo e dos desafios adultezidos resgatados pela infância


Nossa responsabilidade, enquanto adultos é permitir que as crianças imprimam no mundo a sua volta toda a sua potência, e nosso deleite é aprender com elas todos os dias, fazendo um resgate a criança interior.

Uma reflexão importante para o século 21.

Esta vida do século 21, marcada, sobretudo, pela aceleração dos dias e pelo individualismo (o que importa é a minha vida, a minha carreira, o meu sucesso e a minha proteção) recebeu um duro golpe quando o Coronavírus chegou como um imperativo de mudança para o mundo inteiro. Não somos mais os mesmos, tampouco jamais voltaremos a ser - e isto pode ser vivido como um grande ganho existencial. Não há como retornarmos à vida “normal” depois disso. O mundo está ao contrário, e todo mundo está reparando, e só consegue falar disso.

Retornamos à casa de onde sempre estávamos longe, somos trazidos para um novo formato de funcionamento familiar. A casa passa a ser o lugar de todas as funções da vida. Antes saíamos para trabalhar, estudar e divertir. Durante algum tempo, desde os últimos dias, somos desafiadas e desafiados a viver todos os papéis sociais em um mesmo lugar. O quarto, a sala e a cozinha passam a ser os lugares de se proteger do vírus, de evitar contaminar terceiros, de tratar qualquer doença, de brincar com as crianças, de cuidar da casa, de trabalhar à distância, de construir alternativas para a nova forma de vida. Tudo ao mesmo tempo agora, e no mesmo lugar. Famílias com crianças, antes aliviadas pelos turnos escolares que distraíam e ensinavam novos conteúdos aos pequenos, agora se transformam em um grupo que precisa encontrar como entreter os pequenos brincantes ao longo de todo o dia.






Famílias com crianças, antes aliviadas pelos turnos escolares que distraíam e ensinavam novos conteúdos aos pequenos, agora se transformam em um grupo que precisa encontrar como entreter os pequenos brincantes ao longo de todo o dia.

Não estamos sozinhos, isolados do mundo. Temos o contato virtual, que tanto nos afastou na última década e passou a ser o vilão das relações presenciais, como uma das salvaçãoes para o afastamento físico. Se não podemos nos tocar, podemos nos ver através das telas. Podemos chorar juntos, falar de nossos medos, acessar os familiares e amigos distantes. Estamos reinventando todos os processos humanos.

O Coronavírus chegou para entregar novas portas para uma vida que se mostrava asfixiada por tão pouco tempo para viver o que realmente importa.



Voltar para casa neste novo formato pode ser um grande dilema para muita gente. Nós, adultos, somos ensinados a deixar de lado a ludicidade, a criatividade e a leveza em muitos espaços de trabalho. Somos convidados a sermos “pessoas sérias”, “responsáveis”, “maduros”. Estranhamos, mas às vezes não queremos admitir, o funcionamento infantil. Ou tantas vezes gostamos delas e nos nutrimos da fantasia que elas nos ofertam, mas em uma fração bastante limitada de tempo.

E agora, com a porta da rua fechada até segunda ordem, não há “lá fora”. Tudo acontecerá aqui dentro, tudo será parte da nossa aventura de construir uma nova família que funcionará nas bases estranhas que o vírus nos obriga a viver.

Em tempos de confinamentos mães e pais ficam confusos entre seus medos e as necessidades profissionais, domésticas e de cuidado com os filhos. Quero deixar aqui algumas palavras que possam representar um abraço virtual, demorado, silencioso e cheio de amor. Estamos juntos neste tempo novo. E, desta forma coletiva, encontraremos as saídas para a convivência familiar.

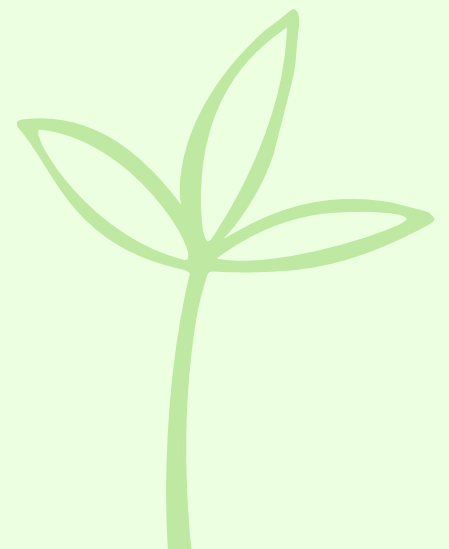


Nós somos falíveis, e somos regidos por emoções que se desencontram em meio a notícias que nos amedrontam. Não conseguiremos ser perfeitos; é tempo de deixar cair a ilusão de que poderemos ser o que gostaríamos. Haverá choro, haverá grito. A impaciência poderá existir.

O que fazer, diante destas cenas que tanto quereríamos longe de nós? Um exercício de autocompaixão. Naquele momento, foi o que nos coube como possibilidade. Hoje, compreendemos o grito não como a responsabilidade da criança. Pode ser que tenhamos escutado, quando os pais vinham se desculpar: “Mas você, também, me enlouquece!!!”. Quem se desculpa assim está colocando a responsabilidade no outro. É hora de começar a assumir as nossas emoções, buscar o abraço que falta, chorar junto. Dizer aos filhos que a impaciência aparece justamente porque há muito o que fazer, e que a experiência está difícil para todos, e que estamos aprendendo a viver de um jeito diferente durante estes dias.

Não significa falar tudo para eles, é justamente o contrário. A humanidade em nós é parte da intimidade que conseguimos construir com eles. Eles também têm dúvidas, medos e raivas sobre estar em casa, sem os amigos. Nós podemos fazer uma roda de conversa para falar das raivas. Nós podemos fazer ligações para as pessoas de quem sentimos saudade. Nós podemos brincar com os amigos através das telas, inventando um jeito de se encontrar e vencer o afastamento com o tipo de conexão que o coração sabe muito bem compreender.

Somos aprendizes deste tempo novo. Estamos em tentativa e erro, exercitando as nossas habilidades de convivência e fazendo novos pactos. Conversando com os familiares sobre como pedir ajuda nas horas em que a intolerância ou o medo aparecerem como monstros que nos engulam. Aceitando a alegria que pode existir numa brincadeira, a risada divertida que pode invadir a cozinha enquanto se conversa sobre uma coisa séria, aproveitando os tempos compridos para reaprender a ser criança ou adolescente com nossos filhos. Eles têm muito a nos apoiar, sem que fiquem com os ombros arqueados por uma responsabilidade de cuidar dos adultos. Eles simplesmente cuidam de nossa alma quando nos invadem com suas invenções, quando nos levam para o abraço com a fantasia ou na hora em que nos esquecemos de tudo durante um belo jogo de tabuleiro ou de adivinhação.



Quem tem filhos está com muita sobrecarga na quarentena, e certamente vai se sentir no limite da paciência e do equilíbrio emocional. Peça à sua criança para brincar com você um pouco. Tudo está lá dentro, e pode ser que o mais urgente para cada um de nós, agora, seja fazer a alma cantar.

Vai lá não tem ninguém nos vendo. Estamos com a privacidade garantida, para que nos sintamos minimamente confortáveis para fazer da quarentena um tempo de plantar esperança e colher delicadeza. Ainda que, antes do broto surgir, haja tempestades fazendo furos na terra macia de nossas emoções.

Texto do psicólogo familiar - Alexandre Coimbra Amaral- para a revista Crescer.

**Texto modificado para o ebook.*

Tempo Qualitativo com as Crianças.

Ter um tempo de qualidade com as crianças está muito mais relacionado à nossa felicidade, à nossa plenitude para que consigamos aproveitar o tempo que temos com eles do que a quantidade de horas ou a disposição daquele exato instante.

Ter um tempo de qualidade com as crianças está diretamente ligado a estar contente com a nossa própria vida e estar tranquilo (ou resignado) com as nossas escolhas e possibilidades. E vejam, isso bate diretamente na satisfação que sentimos com o que conseguimos entregar pra eles. Sim, porque se a gente está sempre culpado, achando que estamos devendo algo e ficamos na pressão de fazer tudo "direito", é bem provável que não consigamos a paz que gera a tal qualidade que tanto buscamos.

É por isso que se na ansiedade de ter um tempo de qualidade com os pequenos a gente atropela nossas próprias vontades e desejos, dificilmente conseguiremos entregar o que planejamos. Sim, é complexo e vai bem naquela linha do "casa de ferreiro, espeto de pau". Porque não basta a teoria do que é o tal tempo de qualidade se na prática não estamos satisfeitos e contentes com aquilo.



Muita gente leva a criação dos filhos como uma apostila. Busca diversas informações, se aprofunda e escolhe uma linha torcendo pra dar tudo certo. E o que não faltam hoje são fórmulas e gurus de educação. Mas no fundo, não tem teoria ou manual que garanta o sucesso nesse troço maluco que é criar seres humanos. E se a gente esquecer que por trás daquelas crianças, daquela família, tem um (dois ou mais) adultos com seus sonhos, desejos e vontades é bem provável que o clima de frustração e insatisfação contamine o ambiente. Tempo de qualidade não é um produto e nem há uma receita exata para se chegar a ele.

Tempo de qualidade é o resultado de uma conjunção de fatores, onde sim, o celular atrapalha e o pé na areia pode ajudar, mas a pressão, a culpa, a falta de autocuidado, de alegria e de satisfação pessoal também têm papéis cruciais.

“É preciso uma aldeia inteira para criar uma criança” (Provérbio Africano)

Texto de Lia Bock -jornalista, escritora e mãe de 4 crianças

**Texto modificado para o ebook.*

As crianças podem estar confusas e ansiosas com a pandemia de covid-19, por isso, a orientação do Unicef (‘Fundo das Nações Unidas para a Infância’ um órgão das Nações Unidas que tem como objetivo promover a defesa dos direitos das crianças, ajudar a dar resposta às suas necessidades e contribuir para o seu desenvolvimento criando condições duradouras) é criar um ambiente seguro e com respostas sinceras. As crianças estão fora do grupo de risco, mas não deixam de ser atingidas pela sensação de medo diante da pandemia de covid-19.

Como evitar o medo? Por que a escola fechou? Por que as pessoas estão usando máscaras? Por que lavar as mãos de novo? Por que não podemos visitar a vovó? Pode ser que, a cada dia da quarentena, os porquês das crianças se multipliquem. Pode ser também que elas não consigam elaborar perguntas sobre a situação, mas expressem carência e ansiedade por meio da raiva, da agitação ou do silêncio.

Cabe aos adultos perceber o impacto da mudança de rotina sobre elas e traduzir o que o mundo está vivendo com a pandemia de coronavírus.

O Unicef publicou 8 dicas de como conversar com elas sobre o assunto. Confira:

1 *Faça perguntas abertamente e ouça a criança*

O momento pede escuta ativa, um gesto que envolve afeto, cuidado e, principalmente, disponibilidade. No dia 12 de março, a Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgou uma nota com considerações sobre a saúde mental e psicossocial da população durante a pandemia de covid-19, sugerindo uma série de atitudes para evitar sofrimentos, como buscar formas acolhedoras de expressar o medo.

Portanto, os adultos devem estar atentos aos sinais de tristeza ou ansiedade das crianças e convidá-las a falar livremente sobre o assunto. Elas precisam se sentir confortáveis em fazer qualquer tipo de pergunta. A dica é descobrir o quanto elas já sabem e seguir a partir deste ponto. Desenvolvam uma escuta ativa e não somente

“Não minimize ou se esquive das preocupações da criança. Assegure-se de reconhecer os sentimentos dela e lhe garantir que é natural sentir medo dessas coisas”, sugere o Unicef.

2 *Seja honesto: explique a verdade*

A criança deve ser reconhecida como indivíduo pleno, capaz e dotado de subjetividades que fazem dela um legítimo ator social; ou seja, a criança é um sujeito de direitos. Isso quer dizer que elas merecem respostas sinceras sobre o que está acontecendo no mundo. E o papel do adulto, nesse cenário, é protegê-las, utilizando a linguagem necessária e apropriada para cada idade. A orientação do Unicef é não inventar informações desnecessárias, mas usar as perguntas das crianças para explorar respostas juntos. Sites de organizações internacionais como o UNICEF e a OMS podem ser fontes de referência.

Mas é importante lembrar que as notícias online nem sempre são precisas e, muitas vezes, o melhor caminho é consultar um especialista. Pensando em como iniciar esse tipo de conversa de uma forma lúdica, com crianças entre dois e seis anos, pai e cuidadores podem procurar recursos como e-books infantis faando sobre o Covid-19 e a pandemia em varias linguas. *(temos disponivel em nosso website materal para consulta dessa finalidade caso desejem).*

3 *Mostre à criança como proteger ela mesma e seus amigos*

A conversa não precisa ser assustadora. Já se sabe até aqui que uma das formas mais eficazes de proteger as pessoas contra a contaminação do coronavírus é a higiene, principalmente, lavar as mãos de forma regular, com água e sabão. O aprendizado pode ser divertido. Por que não recorrer ao Palavra Cantada, musicas do Castelo Ra-tim-bum e realizar a ação juntos? Ou, quem sabe, fazer a dancinha ou arte sobre como lavar as mãos com a criança.

4 *Ofereça segurança*

Muita informação e imagens perturbadoras chegam por todos os lugares e, às vezes, pode parecer que a crise está muito próxima de todas as famílias. Se os adultos não estão se sentindo seguros, a sensação não é diferente para as crianças. “As crianças por vezes podem não distinguir entre imagens na tela e sua própria realidade pessoal, e podem acreditar que estão em perigo iminente”, afirma a nota do Unicef.

O ideal é manter as rotinas regulares o máximo possível, especialmente na alimentação e horas de dormir. Se a agenda das famílias precisar ser reorganizada, a recomendação do Unicef é criar oportunidades para elas brincarem e relaxarem, quando possível. Os adultos devem tranquilizar as crianças, compartilhando que a situação pode ser tediosa ou assustadora por algum tempo, mas que seguir as regras ajuda a manter todo mundo em segurança.

5 *Verifique se elas estão sendo estigmatizadas ou espalhando estigmas*

De acordo com alguns orgaos como as Nações Unidas, o surto de coronavírus trouxe inúmeros relatos de discriminação racial. Por isso, as famílias, cuidadores e adultos de confiança das crianças, devem verificar se elas não estão enfrentando ou contribuindo para o bullying.

“Explique que o coronavírus não tem nada a ver com a aparência de alguém, sua origem ou o idioma que falam”, reforça o Unicef.

A literatura pode ajudar no combate ao bullying. Nem só de livros didáticos ou assinados por especialistas no assunto é feita essa discussão. Histórias de ficção acionam na criança outros sentimentos importantes para lidar com o problema.

6 *Procure quem pode ajudar*

Mesmo diante da crise em vários setores, uma rede de apoio e cuidado tem se fortalecido no mundo: há um crescimento de profissionais da saúde e saúde mental, cientistas, professores, educadores e muitas outras pessoas que estão trabalhando para interromper a pandemia de covid-19.

Aulas à distância, cursos online gratuitos, lives no Instagram com contação de histórias para as crianças e outras iniciativas, como a própria atitude do isolamento domiciliar, podem confortar as famílias e é importante compartilhar com as crianças que esse é um momento de cuidar de si e uns dos outros.

7 *Cuide de você*

A força do exemplo é pedagógica e as crianças podem buscar referências na atitude dos adultos. “Se você estiver ansioso ou chateado, reserve um tempo para si mesmo e procure outras famílias, amigos e pessoas de confiança em sua comunidade, mesmo no isolamento podemos virtualizar os encontros. Reserve algum tempo para fazer coisas que o ajudem a relaxar e se recuperar”, recomenda o Unicef.

“A educação das crianças acontece por meio das coisas que dizemos, das ideias que argumentamos, mas é, sobretudo, uma experiência que se dá por transmissão. É preciso fazer, realizar e deixar acontecer conosco o que estamos dizendo para elas que é correto e responsável. Os adultos estão diante de uma grande oportunidade de construir um diálogo construtivo com sobre responsabilidade coletiva e humanidade” afirma a psicanalista Ilana Katz.

8 *Encerre as conversas com cuidado*

Durante a conversa, os adultos devem ter em mente que, embora as crianças estejam fora do grupo de risco, elas podem ser contaminadas da mesma maneira e são veículos de transmissão que podem afetar as populações mais frágeis, incluindo os avós e os próprios pais. Por isso, a verdade sobre os riscos e a informação de qualidade sobre medidas de prevenção importa.

Vale desenho, contação de história, gincana da higiene, transformar álcool em gel em “spray anti-monstro” ou simplesmente uma informação sincera como “eu também não sei, filha, vamos descobrir”. Algumas famílias irão recorrer às informações científicas e outras ao mundo da fantasia para encontrar respostas. Independentemente da escolha, o importante nesse momento é o esforço coletivo por meio da prevenção. Então, por que não incluir as crianças desde já nessa missão?

Texto extraído do Portal Lunetas – referências UNIFEC;

***Texto adaptado para para o ebook.**

Sugestões de Brincadeiras para as Crianças na Quarentena :

Telefone sem fio

Um participante diz uma frase a outro participante. Esse deve repassar a frase conforme o que ouviu. O último participante diz o que entendeu em voz alta.

Cesta de basquete

Coloque uma lixeira ou um balde suspenso. Quem acertar mais bolinhas dentro do recipiente vence o jogo.

Adedonha ou Stop

Cria-se uma tabela em tópicos, cada coluna da tabela recebe o nome de uma categoria de palavras como animais, automóveis, cores etc., que devem ser respondidas em um determinado tempo.

Corrente de histórias

O primeiro participante diz “era uma vez” e lança a bola (ou algum objeto pequeno) para outro jogador, que deve continuar a história. Algum ouvinte, de fora do jogo, anota tudo no papel, para que todos riam juntos depois.

Cantigas de roda

Os participantes formam uma roda de mãos dadas e cantam melodias folclóricas ou do conhecimento coletivo de uma região, podendo executar ou não coreografias acerca das letras das músicas.—

Bolicho

Usando garrafas pet e uma bola de meia ou de tênis, é possível simular uma pista de bolicho em casa.



Mímica

Os participantes escrevem temas em pedaços de papel e colocam em um pote. Um escolhido pega um dos papéis e terá que fazer mímicas relacionadas ao tema.

Montar cabana/ Fortes/castelos

Criar uma cabana feita a partir de lençóis, jornais ou o que a criança tiver disponível em algum ambiente e deixar ela decorar, visionar e soltar a imaginação. Lembre-se esta tudo bem a criança ter um cantinho para brincar e baguncar, ela precisa desse espaço para poder tornar o ócio em produção, porém faça acordos sobre arrumação com ela, todos saem ganhando.

TV/ Lava Roupa de papelão

Criar uma televisão ou uma lava roupas etc, usando uma caixa de papelão, caneta preta e tampinhas de garrafa. Usem a imaginação reproduzir os detalhes.

Contação e Criação de histórias

Os pais ou as crianças maiores leem um livro para todos. Vale também usar a imaginação e criar sua própria história. Aqui vocês podem utilizar palavras soltas ou frases para criar um enredo e deixar a criança ir criando. Ex: Um menino, Um lugar, Um sentimento, Um desejo e vão conversando e criando histórias abertas.

Massinha caseira

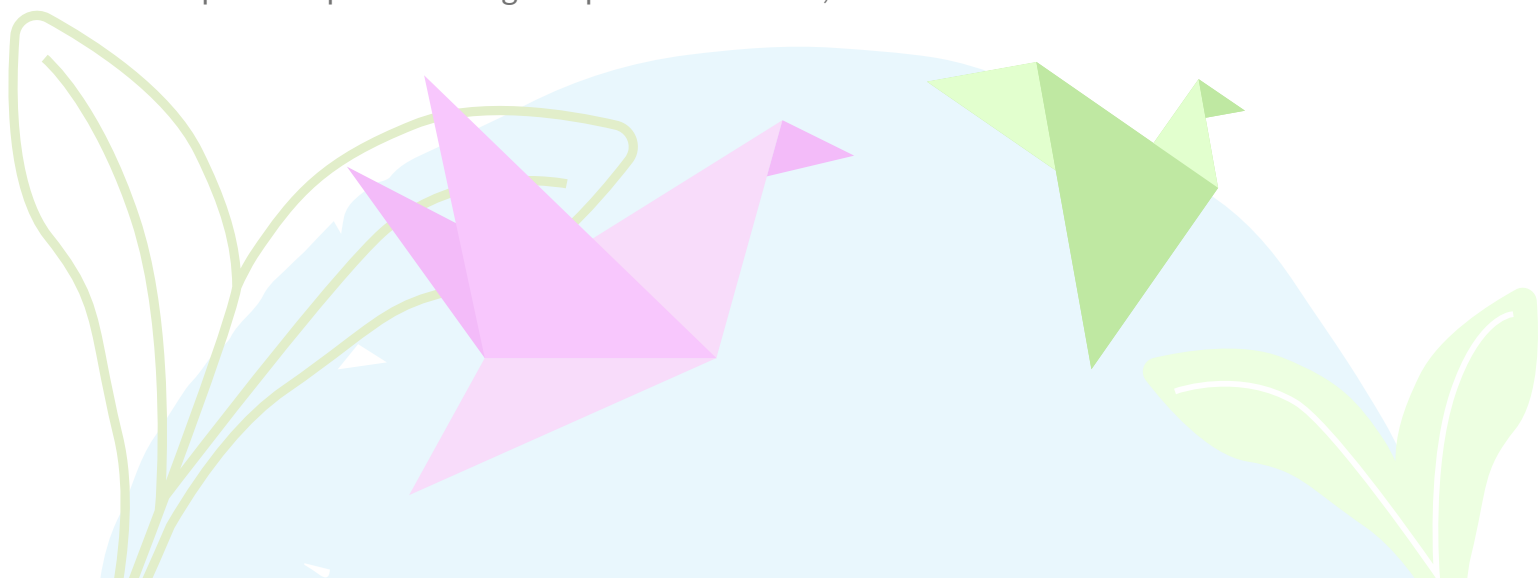
Misturando duas xícaras de farinha de trigo, 1 xícara de sal e meio copo de água, faça uma massinha para as crianças brincarem. Para dar cor, adicione um pouco de tinta guache.

Origamis

Reúna a criançada, dê papel colorido e ensine a fazer origamis (tem vários tutoriais no youtube aproveite). Tem chapéu de soldado, barquinho, avião, animais... Depois, você pode usar as criações para enfeitar o lar.

Desenhar a sombra de objetos

Aqui podemos brincar dentro de casa desenhando a sombra projetada de objetos numa folha de papel. Ou Outdoors onde pode-se utilizar sombras de árvores, pessoas e objetos e brinquedos e pintar com água e pincel nos muros, calçada etc.





Autorretrato

Deixe as crianças desenharem a si mesmas! A arte pode ser feita até com tinta, pra deixar tudo mais divertido para os pequenos. Depois, você pode brincar até de exposição com elas. Vale aqui usar um recurso psicoterapeutico que estou utilizando em épocas de trabalho online infantil, peça para a criança desenha-la como super herói / heroína e peça para ela pensar num super poder nesse momento. Muitas crianças vão projetar seus desejos fantastico de combate ao virus no desenho.

Filmes

Pelo menos 1 vez na semana faça um dia de cinema, escolham um filme em família e preparem um cenario para aproveitar. Vale pipoca, bolo caseiro, quitutes variados (podem cozinhar todos juntos se possível).

Aproveitem os recursos !!

Vamos juntos nessa travessia. Estamos no mesmo Oceano pandemico mas cada qual em seu barquinho individual e alguns nadando nessa jornada. Que facamos o que nos é possivel e que dentro das nossas possibilidades que usemos o amor, apegos e afetos como nosso escudo.

“O avesso do Medo nao é a coragem.

O avesso do medo é o Nós!”

(Alexandre Coimbra Amaral)

FONTES DE REFERENCIAS COMPLEMENTARES:

- OMS - Organizacao Mundial da Saúde

-Ministério da Saúde

-UNICEF



Caroene Santos Murray

Psicóloga Clínica - Infantil e Adulto
Psicóloga Perinatal
PSI: M8469

Caroene S. Murray é Psicóloga Clínica e encontrou seu lugar de pertencimento no auxílio ao outro.

É formada em Psicologia pela UEL- Universidade Estadual de Londrina-Brasil e possui especialização em desenvolvimento/demandas infantis, ludoterapia e em Clínica Psicanalítica.

Caroene mudou-se para a Irlanda em 2010, e completou Mestrado em Estudos Psicanalíticos pela Universidade Trinity College Dublin- Irlanda.

Por seu trabalho ter uma demanda mista no exterior acabou também se especializando na área da Psicologia Perinatal e do Puerpério, área que atua e conquistou um cantinho especial em seus estudos e aperfeiçoamentos profissionais no momento, além de questões do expatriado.



O trabalho de Caroene na Irlanda visa acolher com carinho as demandas individuais e coletivas de crianças, adolescentes, adultos, casais, famílias, pais e mulheres no pré, durante e pós maternidade (perinatalidade e puerpério).

Oferece também consultoria parental para lidar com questões da infância e da parentalidade além de oferecer Pré-natal psicológico.

Caroene é Psicóloga e Diretora da empresa 'Tree of Life Clinic'.



www.tolclinic.com



treeoflifeclinic_



Tree of Life Clinic

