



# RESCUR

## CURRÍCULO EUROPEU PARA A RESILIÊNCIA

### Guia para os Pais

EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR, 1º E 2º CICLO

Carmel Cefai - Malta - Córdenação  
Renata Miljević-Riđički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanovic - Croácia  
Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavagiannaki - Grécia  
Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni - Itália  
Paul Bartolo, Katya Galea - Malta  
Celeste Simões, Paula Lebre, Anabela Santos - Portugal  
Birgitta Kimber, Charli Eriksson - Suécia





**RESCUR**

**CURRÍCULO EUROPEU PARA A RESILIÊNCIA**

**NA EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR, 1º E 2º CICLO**

**Guia para os Pais**

Carmel Cefai – Malta – Coordenador

Renata Miljević-Riđički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović – Croácia

Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavogiannaki – Grécia

Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni – Itália

Paul Bartolo, Katya Galea – Malta

Celeste Simões, Paula Lebre, Anabela Santos – Portugal

Birgitta Kimber, Charli Eriksson – Sweden



UNIVERSITY  
OF CRETE



UNIVERSITÀ  
DI PAVIA



UNIVERSITY OF MALTA  
L-Università ta' Malta



LISBOA  
UNIVERSIDADE  
DE LISBOA



**RESCUR**  
**CURRÍCULO EUROPEU PARA A RESILIÊNCIA**  
**NA EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR, 1º E 2º CICLO**

**Guia para os Pais**



Esta publicação é o produto (versão portuguesa) do projeto “RESCUR – Desenvolvimento do Currículo Europeu para a Resiliência na educação pré-escolar, 1º e 2º ciclo na Europa www.rescur.eu, financiada pela UE Comissão de Aprendizagem ao Longo da Vida - Programa Comenius de Aprendizagem ao Longo da Vida (No. 526813-LLP-1-MT-COMENIUS-CMP)

**Autores**

Carmel Cefai – Malta – Coordenador  
Renata Miljević-Riđički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanovoć – Croácia  
Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavogiannaki – Grécia  
Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni – Itália  
Paul Bartolo, Katya Galea – Malta  
Celeste Simões, Paula Lebre, Anabela Santos – Portugal  
Birgitta Kimber, Charli Eriksson – Suécia

© Novembro 2015



Edição: Faculdade de Motricidade Humana,  
Estrada da Costa, 1499-002 Cruz-Quebrada - Dafundo, Portugal

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida, armazenada em sistema de recuperação ou transmitida, de qualquer forma ou por qualquer meio, electrónico, mecânico, fotocópia, gravação ou outro, sem autorização dos editores. Os conteúdos desta publicação não refletem necessariamente a posição ou a opinião da Comissão Europeia.

Atividades de Mindfulness © Birgitta Kimber e Paula Lebre, Novembro 2015  
Música © Gorana Tomašić Šragalj, Damir Sertić, Leon Cvetkovski e Ivana Cvetkovski, Novembro 2015  
Capas: Antonija Balić Šimrak  
Modelo e ícones das atividades: Valeria Cavioni

**Versão Eletrónica:** [www.rescur.eu](http://www.rescur.eu)  
[http://aventurasocial.com/verartigo.php?article\\_id=268](http://aventurasocial.com/verartigo.php?article_id=268)

# ÍNDICE

INTRODUÇÃO	7
TEMA 1 - DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS DE COMUNICAÇÃO	13
Subtema 1: Comunicação eficaz .....	14
Subtema 2: Assertividade .....	21
TEMA 2 - ESTABELECER E MANTER RELAÇÕES SAUDÁVEIS	30
Subtema 1: Relações saudáveis.....	30
Subtema 2: Cooperação, empatia e ética .....	36
TEMA 3 - DESENVOLVER UMA MENTE POSITIVA	41
Subtema 1: Pensamento positivo e otimista .....	42
Subtema 2: Emoções positivas .....	52
TEMA 4 - DESENVOLVIMENTO DA AUTODETERMINAÇÃO	59
Subtema 1: Resolução de problemas .....	59
Subtema 2: Capacitação e autonomia .....	66
TEMA 5 - DESENVOLVER RECURSOS	74
Subtema 1: Autoconceito e autoestima positivos .....	74
Subtema 2: Utilizar os recursos no envolvimento académico e social .....	82
TEMA 6 - TRANSFORMAR DESAFIOS EM OPORTUNIDADES	89
Subtema 1: Lidar com as adversidades .....	90
Subtema 2: Lidar com a rejeição .....	97
Subtema 3: Lidar com conflitos familiares.....	104
Subtema 4: Lidar com a perda.....	109
Subtema 5: Lidar com o <i>bullying</i> .....	115
Subtema 6: Lidar com mudanças e transições.....	120

## **AGRADECIMENTOS**

Os autores gostariam de agradecer a todos aqueles que de uma forma ou de outra contribuíram para este currículo.

Aos nossos colegas e funcionários das seis universidades parceiras pelo seu contributo durante o projeto nas suas várias fases, incluindo Giusy Beddia, Mara Lupica Spagnolo (Itália), Sarah Mercieca, Natalie Galea (Malta), Andreia Sousa, Filipa Soares e Teresa Violante (Portugal).

Antonija Balić Šimrak, pelo design das capas do currículo, das imagens das mascotes (Samuel e Helena), desenhos para atividades, posters dos temas do currículo e livro “Como dizer não”.

Valeria Cavioni, pelo design do modelo e ícones nas atividades do currículo.

Birgitta Kimber, Charli Eriksson e Paula Lebre que escreveram e gravaram as atividades de mindfulness incluídas na versão digital da publicação na versão inglesa.

Gorana Tomašić Šragalj e Damir Sertić (compositores), Gorana Tomašić Šragalj, Leon Cvetkovski e Ivana Cvetkovski (músicos) dos quatro temas de músicas incluídas na versão electrónica desta publicação.

Helen Cowie, Professora Emérita, Surrey University, Reino Unido e Maria Poulou da Universidade de Patras, Grécia, pelos seus comentários sobre o currículo de especialistas de valor inestimável enquanto examinadores externos.

Michael Ungar, Director do Resilience Research Centre, Dalhousie University, Halifax, Canada, pelos seus comentários de valor inestimável sobre o currículo.

Terje Ogden, da Universidade de Oslo, Noruega, e Susan Beltman, da Universidade de Curtin, Western Austrália, que realizaram a formação da equipa RESCUR para a implementação do currículo.

Springer Publications, ENTRÉE LLP Comenius project e <http://paperboxworld.weebly.com/>, <http://it.freepik.com/>, <http://www.iconarchive.com/>, <http://www.adorabletoon.com/>, pela permissão para incluir material nesta publicação.

### **Lista das escolas que participaram no piloto do currículo**

Gostaríamos de agradecer aos 199 professores e educadores e 1935 crianças de toda a Europa que participaram no piloto e cujos comentários permitiram para melhorar o currículo RESCUR

#### **Croácia**

Kindergarten "Različak", Zagreb, Petrinjska 31/2

Kindergarten Varaždin, Varaždin, Dravska 1

IV. Primary School Varaždin, Varaždin, A. M. Reljkovića 36

Primary School "Dr. Ivan Merz", Zagreb, Račkoga 4.

## **Grécia**

*Perfecture of Rethimno, Crete:* 8<sup>th</sup> Elementary school of Rethimo, Roussospiti Elementary School, 2<sup>nd</sup> Preschool of Atsipopoulo, 16<sup>th</sup> Elementary school of Rethimno, Elementary school of Fourfoura, Elementary school Alfa Milopotamou, Preschool Sgourokefaliou, Elementary school of Asi Gonia Rethimnou, Preschool of Agia Galini Rethimnou

*Perfecture of Hrakleio, Crete:* 38<sup>th</sup> Preschool of Hrakleio, Tefeliou Preschool Hrakleio, 31<sup>st</sup> Elementary school of Hrakleio, Preschool of 10 Saints, Hrakleio, 24<sup>th</sup> Preschool of Hrakleio, 9<sup>th</sup> Elementary School of Hrakleio, 29<sup>th</sup> Preschool of Hrakleio, 1<sup>st</sup> Elementary school Agias Marinas Hrakleio, 30<sup>th</sup> Preschool of Hrakleio, 10<sup>th</sup> Preschool of Hrakleio, 25<sup>th</sup> Preschool of Hrakleio, 2<sup>nd</sup> Preschool Boutes Hrakleiou, 3<sup>rd</sup> preschool of Arkaloxori, 1<sup>st</sup> Preschool of Zakros, Elementary school of Kastelli Pediados, 36<sup>th</sup> preschool of Hrakleio, Preschool of Skalani Hrakleiou, 2<sup>nd</sup> Elementary school of Archanes Hrakleiou, 36<sup>th</sup> Elementary school of Hrakleio,

*Perfecture of Agios Nicholaos, Crete:* 2<sup>nd</sup> Elementary School Ierapetras, 2<sup>nd</sup> Preschool Neapolis Lasithiou.

## **Itália**

Istituto Comprensivo Angelini e Scuola primaria Speciale Dosso Verde - Pavia

Scuola Secondaria di primo grado F. Casorati e Scuola primaria "Montebolone" - Pavia

Scuola dell'infanzia "G. Vaccari" - Pavia

Istituto Comprensivo di "Via Acerbi" – Scuola d'infanzia L'Aquilone – Pavia

Scuola dell'Infanzia comunale "8 Marzo" - Pavia

Istituto Comprensivo di via Scopoli – Scuola primaria "De Amicis" e Scuola primaria "Gabelli" (PV)

Scuola primaria paritaria "Maddalena di Canossa" - Pavia

Istituto Comprensivo di Certosa di Pavia - Certosa di Pavia (PV)

Istituto Comprensivo di Rivanazzano Terme (PV) - Scuola Primaria Statale di Retorbido (PV) –

Scuola dell'infanzia "Liedi" di Rivanazzano Terme (PV) – Scuola Primaria di Godiasco (PV) - Scuola

d'infanzia "Diviani – Salice Terme (PV) - Scuola dell'infanzia "Negrotto Cambiaso" Codevilla (PV)

Istituto Comprensivo di Piazza Vittorio Veneto - Scuola primaria "Don Milani" - Scuola primaria "Regina Margherita" - Vigevano (PV) -

Istituto Comprensivo di Bereguardo (PV) – Scuola primaria di Bereguardo (PV) e Scuola primaria di Vellezzo Bellini (PV)

Istituto Comprensivo di Siziano (PV) - Scuola primaria di Siziano (PV)

Istituto Comprensivo di Garlasco (PV) - Scuola primaria di Dorno (PV)

Istituto comprensivo di Stradella (PV) - Scuola dell'infanzia di Portalbera (PV)

Istituto Comprensivo di Villanterio (PV) - Scuola primaria di Gerenzago (PV) - Scuola primaria di Vistarino (PV)

Istituto Comprensivo Statale di Mortara (PV) – scuola primaria di Mortara (PV)

Scuola primaria "D'Acquisto" di San Donato Milanese (MI)

## **Malta**

St Margaret College- Żabbar Primary School A

St Margaret College -Żabbar Primary School B

St Margaret College - Cospicua Primary School

St Margaret College - Kalkara Primary School

St Margaret College - Xgħajra Primary School

## **Suécia**

Förskolan Bispgården  
Hansåkerskolan  
Himlavalvets förskola  
Humlans förskola(Mosippan)  
Järåskolan  
Kullsta skola  
Skolbackens förskola  
Smultronets förskola

## **Portugal**

Um agradecimento especial a todas as instituições, agrupamentos e respetivos órgãos de gestão, educadores, professores, técnicos e crianças que participaram no piloto em Portugal, bem como a todos os elementos da equipa RESCUR que colaboraram ao longo deste processo.

**Agrupamento Escolas Azevedo Neves:** José Diamantino Biscaia, Ana Garcia, Ana Paula Santos, Catarina Dinis, Filipa Dias, Isabel Loução, Joana Rodrigues, Luis Fernandes, Mafalda Almeida, Maria da Luz Sousa, Rita Silva, Rita Valentim, Sandra Ribeiro, Sérgio Caldeira, Sílvia Prazeres, Sofia Cantanhede, Sofia Parreira.

**Agrupamento Escolas Ruy Luís Gomes:** Maria Cecília Pinto Matos, Fernada Reigada, Ana Alegria, Ana Fernandes, Ana Paula Melo, Arminda Almeida, Carla Sofia Raposo, Cecília Godinho, Eunice Rodrigues, Helena Balseiro, Nídia Caim, Sónia Cristina Nunes Almeida, Vilma Rodrigues.

**Câmara Municipal de Almada:** Emília Prudêncio.

**Casa das Cores:** Madalena Vasconcelos, Inês Câmara, Anabela Santos.

**Santa Casa da Misericórdia de Almada:** Maria de Assis Almeida, Ana Ribeiro, Ana Rodrigues, Andreia Carita, Andreia Gonçalves, Maria Helena Cunha, Marisa Rebelo, Sandra Cardoso.

## **Equipa RESCUR Portuguesa**

**Membros da equipa RESCUR Portuguesa:** Marta Antunes, Ana Filipa Pereira, Ana Marta Fonseca, Ana Colaço, Filipa Periquito, Joana Rodrigues, Lara Neves, Leonor Colaço, Tatiana Santos.

**Colaboradores da edição Portuguesa:** Beatriz Carvalho, Benjiliani Teixeira, Carlota Ramos, Milene Silva, Raquel Lopes, Serenela Cruz e Telma Sena.

Adriano Mendes pelo seu contributo na vertente audiovisual e na edição dos recursos de imagem e design da versão portuguesa.

Luísa Becho pela elaboração dos fantoches.

Elisabete Monteiro, Beatriz Agostinho, Cláudia Pargana, Inês Costa, Inês Dias, Inês Marques, Jessica Barreira, Joana Amaral, Liliana Barreiro, Mara Morais, Marisa Rodrigues, Marta Fernandes, Sara Ferreira, Sara Freitas, Sofia Miranda pela colaboração na criação e apresentação das coreografias para as músicas do RESCUR.

# INTRODUÇÃO

O século XXI é uma época emocionante para as nossas crianças, com um elevado padrão de vida, mais direitos, maior participação nas decisões e maior proteção contra abusos. No entanto, a vida no século XXI faz-se acompanhar de inúmeros desafios para as crianças. As rápidas mudanças tecnológicas implicam uma exposição das crianças, a partir de uma idade precoce à influência e manipulação através dos meios de comunicação social, sendo o *cyberbullying* e abuso através de redes sociais cada vez mais comum. Igualmente a pressão dos colegas, o *bullying*, a falta de amigos e as dificuldades nos relacionamentos são situações que muitas crianças enfrentam, enquanto outras vivem situações de preconceito, discriminação ou exclusão na escola, por parte dos colegas e/ou das comunidades onde vivem. Muitas crianças também experienciam stress e dificuldades no contexto escolar, devido às dificuldades de aprendizagem, ao stress resultante das avaliações, ao trabalho excessivo na escola, aos trabalhos que levam para fazer em casa e por vezes às exigências de desempenho académico e competição que se cria no seio da escola. Da mesma forma, os pais estão muitas vezes ocupados com horários de trabalho muito alargados, sentindo dificuldades em ter tempo para dedicar aos seus filhos.

De acordo com este panorama social e emocional, é importante que as crianças tenham as competências e os conhecimentos necessários para enfrentar e superar esses desafios com sucesso e continuar a crescer e a prosperar a nível social, emocional e académico. Esta capacidade de se desenvolverem e crescerem de forma saudável, apesar dos desafios e obstáculos da vida é conhecida como resiliência. Crianças resilientes são mais felizes, mais saudáveis e mais bem-sucedidas. Elas têm sucesso na escola, têm amigos, não adotam comportamentos de risco, estabelecem e mantêm bons relacionamentos com colegas e adultos, tais como pais e professores, pensam positivamente, acreditam em si e nos seus recursos, têm uma autoestima positiva, e são capazes de lidar com suas preocupações ou com as suas dificuldades, bem como resolver problemas com sucesso. Isto não é algo que apenas algumas crianças, por vezes consideradas como as “super crianças” tenham. É algo que a psicóloga Ann Masten apelida de “magia comum” de todas as crianças – todas as crianças podem ser ajudadas a desenvolver a sua “magia” da resiliência, nomeadamente, para desenvolver as ferramentas e os recursos para crescer e prosperar nas várias dimensões das suas vidas, apesar dos obstáculos e dos desafios que possam enfrentar.

Os pais são uma das fontes mais importantes na construção da resiliência nas crianças. Eles estão numa posição ideal para ajudar as suas crianças a começar a desenvolver estes recursos precocemente. Este guia pretende ser uma ferramenta para os pais sobre como podem ajudar a aumentar a resiliência nos seus filhos tanto em casa como na escola, em colaboração com os professores. As secções seguintes descrevem, em primeiro lugar, em que consiste este currículo para o desenvolvimento da resiliência



e, em seguida, explicam como é que os pais podem utilizar este guia para ajudar os filhos a desenvolver-se enquanto crianças e jovens saudáveis, bem-sucedidos e resilientes.

### ***O que é o RESCUR***

O RESCUR é um currículo para o desenvolvimento da resiliência em crianças dos 4 aos 12 anos de idade. O currículo tem como objetivo a promoção de competências sociais, emocionais e cognitivas nas crianças que lhes permitirão saber tirar o máximo proveito dos seus recursos e das suas competências para ultrapassarem obstáculos e continuarem a crescer e a prosperar nas várias dimensões do seu desenvolvimento. Mais especificamente, o programa tem os seguintes objetivos:

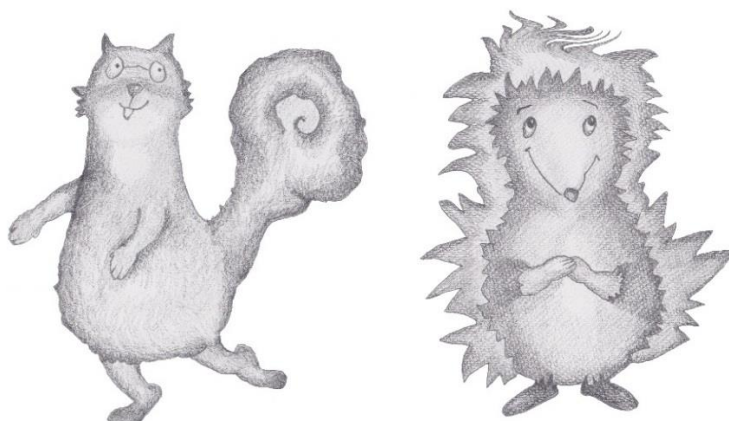
- Promover a aprendizagem emocional, social e de competências de resiliência
- Promover o comportamento positivo e pró-social e as relações saudáveis
- Promover a saúde mental e o bem-estar, principalmente das crianças mais vulneráveis
- Melhorar o envolvimento académico, a motivação e a aprendizagem

O programa consiste num conjunto de atividades de desenvolvimento da resiliência que são realizadas pelo professor para todas as crianças como parte do seu currículo educativo regular. Existem seis temas principais, que se iniciam na educação pré-escolar e continuam a ser desenvolvidos até ao 2º ciclo. Os temas são os seguintes:

1. Desenvolver de competências de comunicação
2. Desenvolver relações saudáveis
3. Desenvolver uma mente positiva
4. Desenvolver a autodeterminação
5. Desenvolver recursos
6. Transformar desafios em oportunidades

Cada tema é subdividido em dois ou mais subtemas que são constituídos por um conjunto de atividades para cada subtema, com vários níveis de dificuldade. As atividades na sala de aula realizadas pelo professor começam com um exercício de *mindfulness*, onde as crianças aprendem a relaxar e concentrarem-se nas sensações, pensamentos e sentimentos daquele momento. Este momento é depois seguido por uma história baseada em dois personagens principais, o esquilo Samuel e a ouriço Helena (ver Figura 1) que foram criados especificamente para este programa. No 2º ciclo, as histórias são baseadas em histórias infantis ou em histórias relatando casos de pessoas reais. De seguida, realiza-se uma conversa acerca da história, após a qual as crianças envolvem-se em atividades práticas tais como expressão plástica, dramatização, jogos psicomotores ou dança que pretendem abordar e desenvolver os conteúdos do programa. Os trabalhos desenvolvidos pelas crianças poderão ser colocados num portfolio individual de cada criança, que poderá ser levado para casa


para mostrar aos pais. Noutros casos, os trabalhos são expostos na sala de aula durante um determinado período de tempo.



**Figura 1: Samuel e Helena, os dois personagens principais do RESCUR**

### ***Atividades para casa***

A parte final de cada atividade inclui uma atividade para casa para ser realizada pelas crianças em conjunto com os seus pais. O objetivo da atividade para casa é encorajar os pais a ajudar os seus filhos a continuar o trabalho e a prática das competências de resiliência que estão a aprender na escola. O professor entregará uma ficha de atividade à criança no final da sessão. Quando ela voltar, já preenchida, esta pode ser apresentada na turma, exposta na sala de aula ou ser colocada no Portfolio da Criança. As fichas de atividade variam desde tarefas muito simples para as crianças do pré-escolar até outras mais elaboradas para as crianças do 2º ciclo. Um exemplo de uma atividade para o pré-escolar do tema “Desenvolver competências de comunicação” poderia ser os pais contarem à criança como e porque decidiram dar-lhe o seu nome e porque é que o seu nome é especial; ou os pais escreverem, em conjunto com a criança, algo especial que ela tenha e da qual deva estar orgulhosa. A Figura 2 mostra um exemplo de uma ficha de atividade para o 1º ciclo. Na sessão seguinte, realizada na escola, as crianças são convidadas, numa base de expressão voluntária, a partilhar com a turma o que fizeram ou o que conversaram com os pais durante a realização da ficha de atividade.



## COMO POSSO AJUDAR

***Para os Pais:*** Por favor, fale com a sua criança sobre algumas dificuldades que tenha tido na escola quando tinha a mesma idade que ela.

O QUE ERA DIFÍCIL? \_\_\_\_\_

O QUE É QUE OS COLEGAS FAZIAM? / O QUE DIZIAM? \_\_\_\_\_

QUEM OS AJUDAVA E COMO? \_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

QUAIS AS TRÊS CARACTERÍSTICAS DE ALGUÉM QUE OS AJUDOU NESSA SITUAÇÃO?

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

**Figura 2: Exemplo de atividade para casa, presente no manual de atividades para o 1º ciclo**

### ***Como utilizar este Guia***

Este guia está dividido em seis secções de acordo com os seis temas do programa, com cada tema dividido em dois subtemas. No caso do tema 6, este está dividido em seis subtemas:

- **Desenvolver competências de comunicação**
  - Comunicação eficaz
  - Assertividade
- **Estabelecer e manter relações saudáveis**
  - Relações saudáveis
  - Cooperação, empatia e ética
- **Desenvolver uma mente positiva**
  - Pensamento positivo e otimista
  - Emoções positivas
- **Desenvolver a autodeterminação**
  - Resolução de problemas
  - Capacitação e autonomia
- **Desenvolver recursos**
  - Autoconceito e autoestima positivos
  - Utilizar os recursos no envolvimento académico e social

- **Transformar desafios em oportunidades**

- Lidar com a adversidade
- Lidar com a rejeição
- Lidar com a perda
- Lidar com conflitos familiares
- Lidar com o *bullying*
- Lidar com mudanças e transições

Cada secção começa com uma breve descrição do tema e depois introduz cada um dos dois subtemas, respetivamente:

- Em primeiro lugar existirá uma breve descrição do subtema, porque é importante e como contribui para a resiliência das crianças;
- De seguida, encontram-se algumas sugestões sobre como é que os pais podem promover o desenvolvimento das respetivas competências nas suas crianças, tanto numa base diária (Diariamente) ou de forma ocasional (Ocasionalmente). Sugere-se que os pais utilizem estas sugestões durante o período de tempo em que o tema está a ser desenvolvido na escola. As sugestões são apenas indicações que os pais poderão usar ou adaptar, podendo os pais desenvolver também as suas próprias estratégias.
- Segue-se um exemplo baseado numa situação de vida real sob a forma de uma história onde os pais ajudam as crianças a desenvolver a respetiva competência de resiliência, orientando os pais sobre a forma de pensar ou de agir de forma resiliente numa situação específica. Os pais podem adaptar estas indicações de acordo com as situações futuras ou com a criança, pois este é apenas um exemplo.
- De seguida, apresentam-se três atividades que os pais podem escolher de acordo com o nível de escolaridade da sua criança (pré-escolar, 1º ciclo, 2º ciclo), e que podem fazer em conjunto. Cada atividade é apresentada sob a forma de uma ficha de atividade. Estas atividades são apenas alguns exemplos do que os pais podem fazer com os seus filhos, porém os pais são encorajados a desenvolver outras atividades.
- No final de cada tema existe um resumo com as ideias principais.

Após os pais receberem este guia, é recomendável que leiam a introdução (esta secção) e que brevemente vejam os conteúdos do guia. Reforça-se que o objetivo deste guia é que, enquanto as crianças estão a trabalhar uma competência na escola, inserida neste currículo para a resiliência, os pais e as crianças em suas casas, simultaneamente, trabalham essa mesma competência, complementando e reforçando o trabalho que está a ser feito na escola. Quando as crianças aprendem e praticam uma determinada competência na escola e em casa ao mesmo tempo, apoiados pelos professores e pelos pais, elas ficam mais propensas a aprender essa competência e a aplicá-la na sua vida

diária na escola, em casa, com os amigos e na comunidade.

## **Conclusão**

Este guia não pretende ser uma receita pronta para os pais sobre como educar filhos resilientes. É um guia de introdução sobre o RESCUR Currículo para a Resiliência que pretende descrever como os pais podem contribuir para o desenvolvimento das competências de resiliência que as crianças estão a aprender na escola. É, portanto, um guia para facilitar a colaboração casa-escola na construção da resiliência das crianças com base no currículo RESCUR. Em segundo lugar, este guia destina-se a tornar os pais mais conscientes do seu papel na construção da resiliência das suas crianças nas seis áreas principais que são abrangidas no currículo, e a incentivá-los a assumir um papel mais ativo nesta iniciativa. Reconhecemos, no entanto, que os pais podem já estar a fazer uso de outras estratégias, igualmente eficazes, para ajudar seus filhos a desenvolver esses recursos. A este respeito, os pais têm liberdade para adaptar as sugestões feitas neste guia de acordo com a sua situação e contexto específico.

**RESCUR: Currículo Europeu para a Resiliência na Educação Pré-escolar, 1º e 2º ciclo** é um projeto de três anos (2012-2015) do Programa de Aprendizagem ao Longo da Vida coordenado pela Universidade de Malta (Malta), com a participação da Universidade de Zagreb (Croácia), da Universidade de Creta (Grécia), da Universidade de Pavia (Itália), da Universidade de Lisboa (Portugal) e da Universidade de Orebro (Suécia). O projeto tinha como objetivo o desenvolvimento de um programa para a promoção da resiliência dirigido a crianças entre os 4 e os 12 anos, na Europa. O currículo foi desenvolvido com base nas atuais necessidades e desafios sociais, económicos e tecnológicos, e procura desenvolver nos alunos as competências necessárias para superar tais desafios, para alcançar o sucesso académico e o bem-estar social e emocional. No primeiro ano, os parceiros desenvolveram a estrutura curricular e uma versão preliminar do currículo, composto por seis grandes temas. No segundo ano, o currículo foi testado em várias escolas de cada país parceiro. No terceiro ano, o currículo foi editado e finalizado e, conseqüentemente publicado (versão impressa e versão eletrónica) em três manuais para professores (educação pré-escolas, 1º e 2º ciclo), um guia para professores e um guia para os pais, traduzidos nas 7 línguas do consórcio, ou seja, croata, inglês, grego, italiano, maltês, português e sueco.

*VERSÃO REDUZIDA*  
*DIVULGAÇÃO*