

# Adaptação na escola: um grande passo para pais e filhos



Foram 2 semanas sentada em um banquinho fora da sala de aula e sendo chamada quando as coisas apertavam. Até que fui expulsa. Pois é: fui gentilmente convidada a me retirar da Escola porque estava atrapalhando a adaptação da minha pequena.

E por que? Porque minha angustia e ansiedade não estavam ajudando em nada. Foi eu sair pela porta que as coisas fluíram. (Claro que passei o dia do lado de fora tentando ouvir algum choro e para minha surpresa, não ouvi).

Pensando nas mães afitas, pesquisei o assunto e fiz um resumo com algumas dicas:

**Pais neuróticos, filhos nervosos** – deixar os filhos com desconhecidos é difícil, porém, uma boa adaptação depende muuuuuito da atitude dos pais. Vocês escolheram a Escola com

o maior cuidado e seriedade, então, entreguem seu filho nas mãos da professora com entusiasmo e sinceridade – só assim ele entenderá que ir a escola é motivo de alegria e não de sofrimento.

**Medo do abandono** – a escola ainda é um espaço novo, com pessoas desconhecidas. É sempre bom os pais incentivarem a criança dizendo o que irá acontecer no período escolar.

**Quero minha mãããããããeeeeee** – sim, a criança quer ficar com quem conhece. Os pais devem fazer uma forte parceria com a professor e ACREDITAR que, quando soltarmos aquelas mãozinhas agarradas no nosso pescoço, o choro vai passar e eles vão ficar bem. (Podemos também aprender e entoar mantras – *Ommmmmmmm*)

**Verdade sempre** – não vá embora de fininho. Despeça-se dela, mesmo que ela chore. Diga que irá voltar e volte no prazo estabelecido ou sugerido pela professora. (E vá sem olhar para trás. *Oooommmmmmmmm* ).

**Despedidas escandalosas** – por mais que o coração doa – e dói – não prolongue a despedida. Assim que a fizer, saia da sala. (Vale chorar no banheiro, nunca na frente do seu filho).

**Objeto conhecido** – caso a criança quera, nesses primeiros dias, deixe que leve algum objeto de casa. Pode ser um brinquedo, uma “*naninha*”, qualquer coisa que a faça ter um pedacinho de casa num ambiente desconhecido.

### **Importante:**

- Não pergunte a seu filho se ele quer ir à escola. Quem decide são os pais, certo?
- Não compare o tempo que a adaptação acontece entre seu filho e as outras crianças. Respeite as peculiaridades de cada uma.
- Pode ocorrer um retrocesso nesse processo de adaptação – afinal, a escola não é mais uma novidade. A criança já

conhece os ambientes, os amiguinhos e os brinquedos. Comece de novo e tenha fé que dessa vez será mais rápido.



Boy (6-7) and girl (8-9) going school through forest, rear view

**Luz no fim do túnel** – Se você já está com o coração apertado só de imaginar deixar seu pequeno na escola, aqui vão as boas notícias: fiz grandes **amigas mães na adaptação**.

Afinal, uma pessoa que te conhece e gosta de você mesmo **chorando na porta da classe**, merece continuar na sua vida fora da Escola, certo? A outra coisa é que meu filho mais novo não me deu um trabalho sequer. Chegou no primeiro dia de aula e falou: *tchau mamãe, pode ir embora*. E eu fui. Sem olhar para trás – e chorando rios.