

# ADAPTAÇÃO NA ESCOLA



Papai, Mamãe e/ou Responsável,

O período de adaptação na escola é uma etapa bastante delicada pela qual pais e crianças passam.

Para tentar entender e tranquilizar a todos a respeito dessa fase vamos discorrer sobre algumas situações.

Tente imaginar, você adulto, ao enfrentar o primeiro dia em um novo trabalho ou ainda sozinho em uma festa, onde todos são seus desconhecidos. Sensação ruim essa, não é? Pois é. A adaptação da criança na escola pode demorar de um dia a meses dependendo da idade e do tipo de relação que tem com as pessoas mais queridas.

É importante que a mãe, o pai, avós ou alguém com quem a criança tem um vínculo afetivo forte a acompanhe nos primeiros dias. Essa pessoa deve ficar em algum espaço que a escola tenha reservado para isso enquanto que a criança reúne-se com a professora e os novos amiguinhos. Sempre que a ansiedade, insegurança ou choro resolverem aparecer, a criança vai ao aconchego desta pessoa para que saiba que tem um respaldo e que não foi abandonada. É imprescindível que os pais permitam essa aproximação, pois ela precisa formar vínculos com a professora e os novos amigos. Se os pais ficam dentro da sala de aula é claro que a criança vai ficar o tempo todo debaixo da proteção e não conseguirá estabelecer um relacionamento.

Aos poucos ela vai percebendo como é gostosa essa nova vida e entendendo o que significa a escola, aonde ela vai se socializar, desenvolver a coordenação, aprender a lidar com tempo, espaço, lateralidade, percepção, desenvolver a linguagem, pensamento lógico, aprender músicas, fazer artes plásticas, além de outras artes, lidar com a diversidade e elevar sua autoestima além de muitos outros aspectos. É claro que ela não quer nem saber que está desenvolvendo tudo isso, pra ela é pura brincadeira e é isso o mais divertido, desenvolver todos esses aspectos de forma lúdica e saudável.

A partir dos quatro anos a adaptação costuma ser bem mais tranquila, pois a criança já verbaliza bem e compreende o que está acontecendo. Neste caso um ou dois dias já costumam ser suficientes para que a criança se integre.

É comum neste início que a criança fique ansiosa, proteste para evitar enfrentar essa situação. Afinal a casa dela é um espaço onde já domina tudo e todos. Conhece tudo e sabe como conseguir as coisas com cada adulto que ela convive desde que nasceu. A escola irá lhe parecer em um primeiro momento um desafio que ela não está com vontade de enfrentar, o receio do novo. Por mais que os pais estejam apreensivos é importante procurar não passar essa preocupação à criança, mas sim ressaltar os pontos positivos, falando bem da escola, das novidades, dos amigos e brincadeiras. Os pais devem ainda tentar evitar de falar sobre as preocupações na frente da criança o que a deixará mais apreensiva. Dorzinhas de barriga, sono, manhas são esperadas nesse contexto.

Um aspecto difícil é muitas vezes o sentimento de culpa que passa pela cabeça dos pais de não poderem estar o tempo todo com seu filho, principalmente para as crianças que ficam período integral. Não há porque se sentirem assim, pois as crianças crescem, amadurecem e precisam de novas experiências com outros da mesma idade.

Não é necessário se preocuparem, pois essa experiência, por mais longa e cheia de lágrimas dos dois lados, não traumatiza. Todos superam e certamente no futuro nem se lembrem desses primeiros dias na escola.

Essa fase pode parecer dolorosa, mas aos poucos, pais e criança começam a confiar na escolha que fizeram e a lidar com mais tranquilidade e prazer com essa etapa que é fundamental na construção da personalidade da criança.

Karen Kaufmann Sacchetto  
Pedagoga e diretora de escola de Ed. Infantil em São Paulo



Leia a seguir respostas a algumas dúvidas que podem surgir no momento de levar o seu/sua filho(a) à escola pela primeira vez e curta essa fase tão importante da vida dele(a) e da sua.

## 1 - Como prepará-la para o ingresso na escola?



É importante não esconder nada. Explique que ele vai para a escola a partir de um determinado dia, que você vai levá-lo, vai buscá-lo e que o acompanhará no início. Fale dos novos amiguinhos que vai fazer, da professora, de como é a escola e o que acontece por lá. Mas é importante não exagerar, não falar como se ele estivesse indo para um bufê infantil, para que ele não fique frustrado. Nessas horas, nada como uma boa conversa.

## 2 - Qual o papel da família na adaptação?



Para o pai e a mãe, a adaptação começa na escolha da escola. Feita a escolha, a família tem que conhecer os rituais da escola, frequentar as reuniões que antecedem o início das aulas e abrir um canal de comunicação com o professor. Além disso, os pais têm o papel de esclarecer, explicar por que ele está indo para a escola, deixar claro que ele vai ficar sozinho lá depois de alguns dias. Não crie falsas expectativas no seu filho. O melhor é dizer a verdade. Explique que você vai acompanhá-lo por um período, mas que, depois disso, você vai voltar ao trabalho e ele vai ficar só com a professora e com os coleguinhas.

## 3 - Por quanto tempo o pai, mãe ou responsável devem ficar na escola?



O tempo mínimo é de um ou dois dias. O tempo máximo varia de criança para criança, mas, em geral, uma semana ou dez dias são suficientes. Se após esse tempo o seu filho ainda não estiver adaptado e continuar exigindo a sua presença, o melhor é conversar com a coordenação da escola para saber como agir. Talvez seja o caso de pensar em outra estratégia de adaptação. Uma dica importante: nunca vá embora sem se despedir do seu filho. Ele pode se sentir traído e inseguro em relação à escola.

## 4 - Como lidar com o choro?



É preciso identificar se não é um choro manipulatório, pois há crianças que fazem uso dessa artimanha para impedir que os pais as deixem. Muitas vezes, a criança chora ao ver o familiar se afastando, mas, logo depois, para e começa a brincar com os coleguinhas. Há momentos em que é importante ir embora sem olhar para trás, para evitar que essa situação se arraste por mais tempo. Converse com os professores e coordenadores para decidir como agir em casos como esse. E lembre-se: chorar um pouco em uma situação como essa é até saudável.

## 5 - É normal sentir culpa ao deixar o filho na escola?



Sim. É normal principalmente quando o filho ainda é bebê. É claro que, para o pai ou a mãe, sempre será difícil deixar um bebê nas mãos de um desconhecido (ou quase desconhecido), mas, lembre-se, uma hora ou outra, o momento de ir para a escola chegará. O melhor é esquecer a culpa, pois a insegurança dos pais é facilmente percebida pelos filhos. Vá trabalhar feliz e faça com que o tempo que você tem com ele seja de muita qualidade. No entanto, se achar que está sofrendo mais do que deveria com essa situação, não hesite em procurar ajuda.

Nós, da Educação Infantil, esperamos que todas estas dicas possam contribuir para que ambos, crianças e pais, passem por este período de forma tranquila, pois estaremos realizando este acolhimento da melhor maneira, propiciando às crianças não só um ambiente acolhedor, mas como também o olhar sensível às suas necessidades tanto físicas como emocionais, junto a todo carinho e atenção que fazem parte do nosso modo Vitória Régia de ser.

Ana Paula B. Gidi/ Orientação Pedagógica.

