

O MOMENTO DE ADAPTAÇÃO: é hora de choro?

Geralmente os pais e cuidadores dão mais trabalho à escola do que as próprias crianças. Fique calmo! As crianças precisam de novidade dentro da sua rotina, são exploradoras naturais, desejam se comunicar e brincar com outras crianças.

Por Giovanna Fressa Cavalcante

Iniciar uma nova etapa de vida não é tarefa fácil, ainda mais quando se tem 2 anos. Como o início da vida escolar é um momento que gera ansiedade para a maioria dos pais e crianças, devemos dar atenção especial a essa adaptação, pois ela pode não ser tão fácil, mas, ao final, é gratificante.

De alguns anos para cá, a necessidade de pais e responsáveis colocarem as crianças na escola, cada vez mais novas, transformou-se na realidade de quase todas as famílias. O período de chegada à Educação Infantil, mesmo para os pequenos que já frequentam o berçário, é uma etapa delicada, que para algumas crianças pode ser acompanhada por choro e muita expectativa, também sentida e muitas vezes reforçada por seus pais. Para aqueles que vivenciam isso, um dos principais questionamentos nesse momento é: Quando ele/ela vai parar de chorar? Para respondermos a essa pergunta, vamos antes refletir sobre o "choro".

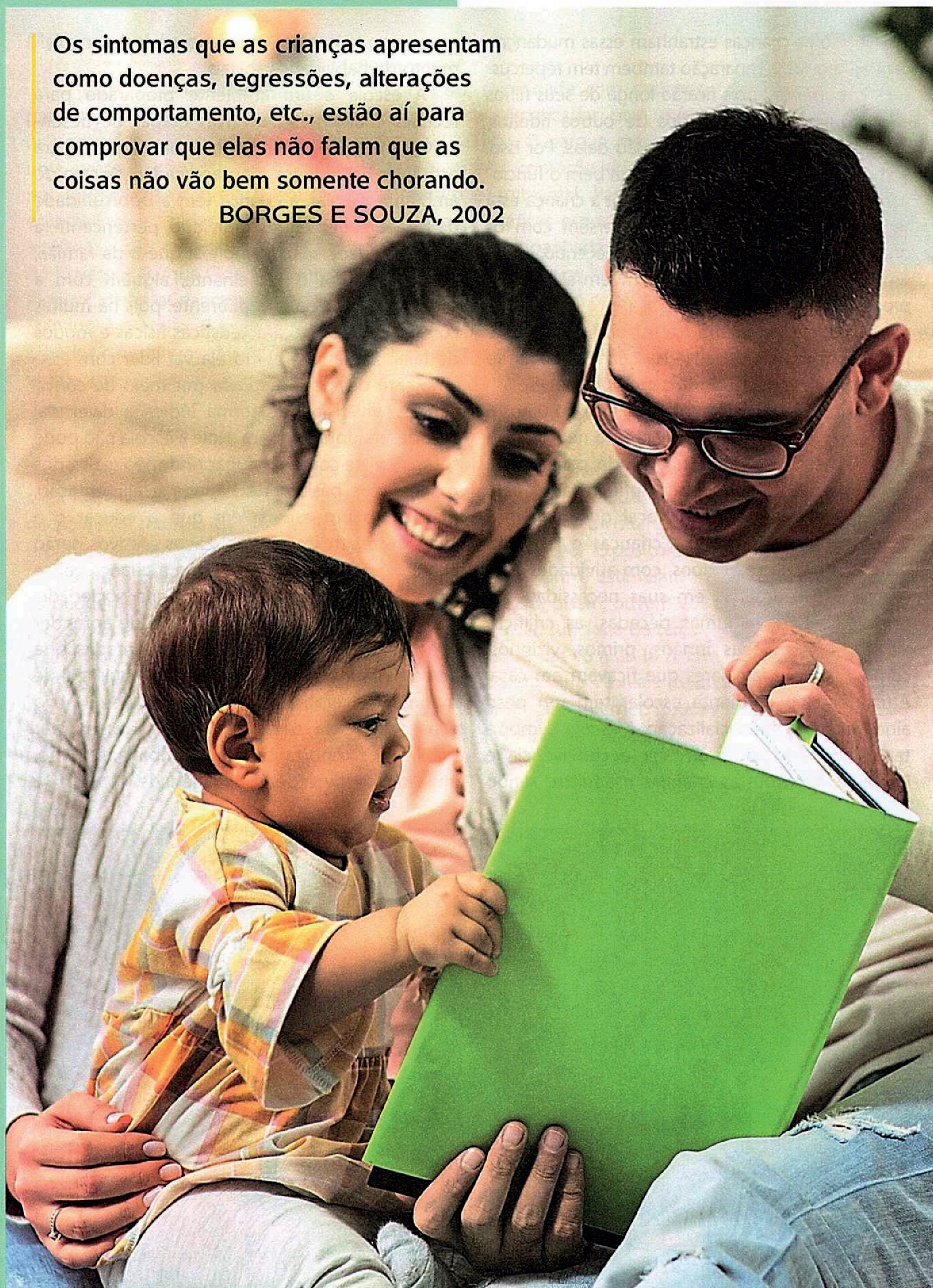
O ato de chorar, para um bebê, é sua primeira e mais íntima forma de expressão. Ao chorar

ele comunica um incômodo, uma necessidade. É a forma na qual a criança sinaliza que há algo errado e que precisa de ajuda. Por meio do choro, a criança comunica que não possui condições de lidar com uma determinada situação em que se encontra e cabe ao adulto auxiliá-la na compreensão dos seus sentimentos naquele momento.

Ao ingressar na escola, uma série de emoções vêm à tona. O início da vida escolar põe a criança diante de novos desafios e experiências que terão reflexos no seu desenvolvimento afetivo, cognitivo e social. O desafio inicial é o afastamento da família por um período longo de horas. Isso pode provocar certa ansiedade na criança, habituada à rotina do lar, com sua família e com os sentimentos de prazer, segurança e a satisfação de suas necessidades. Outro aspecto que também pode causar insegurança está relacionado à entrada em um ambiente novo, convivendo com adultos que vão desempenhar papéis que, até então, apenas seus familiares exerciam. É absolutamente normal que ela se sinta insegura e por isso chore.

Os sintomas que as crianças apresentam como doenças, regressões, alterações de comportamento, etc., estão aí para comprovar que elas não falam que as coisas não vão bem somente chorando.

BORGES E SOUZA, 2002



Não só as crianças estranham essas mudanças. Para as famílias, a separação também tem repercussões importantes, pois ficarão longe de seus filhos e os confiarão aos cuidados de outros adultos, desconhecidos e sem a supervisão delas. Por isso, é importante que os pais conheçam bem o funcionamento da escola, a rotina em que a criança está sendo inserida, conheçam e conversem com os professores e coordenadores, estabelecendo, assim, um vínculo de confiança que também ajudará no processo de adaptação da criança.

A Educação Infantil tem um importante papel no desenvolvimento da criança, incluindo seu aspecto social, cognitivo e emocional.

É durante a Primeira Infância, fase do 0 aos 6 anos, que ocorre o desenvolvimento neurológico mais expressivo da criança; grande parte desse desenvolvimento pode ser influenciado pelo ambiente escolar. É nesse local que a criança vai deparar-se com outras crianças e receberá estímulos de diversos tipos, com atividades programadas e pensadas em suas necessidades e capacidades. Há algumas décadas, as crianças conviviam com seus irmãos, primos, vizinhos, com as mães e familiares que ficavam em casa. Atualmente, o ambiente escolar tem um peso ainda maior nessa socialização. A escola é importante também por promover a convivência e interação com outras crianças e adultos, sendo

um espaço de troca de saberes e desenvolvimento de habilidades sociais.

A escola é um ambiente preparado para receber crianças nas diversas etapas de desenvolvimento infantil e contribuir diariamente para estimular habilidades e aprendizados. Dentro do ambiente escolar, a criança tem a oportunidade de se perceber como indivíduo pertencente a uma sociedade mais complexa que a da família; lá ela encontra o semelhante, alguém com a mesma faixa etária, e o diferente, pois há muitas culturas familiares, características físicas e modos de falar. A maneira como ela vai lidar com esse ambiente deve ser mediada por meio de convívios, vivências, de forma lúdica e divertida, mas desafiadora também. Hoje a escola não pode ser mais vista como um lugar onde são realizados os cuidados básicos de higiene e alimentação, mas como um espaço em que o educar e o cuidar estejam integrados. Laços afetivos serão criados e é nesse momento que a criança vai se reconhecer parte de uma pequena sociedade: ela sairá da unidade familiar e terá de aprender relações e sensações nunca experimentadas, que serão fundamentais no processo de aquisição de maturidade cerebral e emocional. É nesse novo espaço que ela será desafiada a desenvolver habilidades importantes como empatia, respeito, amizade, criatividade e solidariedade.





No início desse processo, é comum a criança sentir-se insegura, mas é importante que os pais percebam que a escola é um lugar que possibilita aprendizados, por meio de estímulos e socialização, tendo o professor como mediador. Todo o período de adaptação deve ser visto com firmeza e tranquilidade pelos pais, na certeza de que eles estão deixando seu filho no melhor ambiente que ele poderia ter para se desenvolver. Geralmente, de três a quatro dias é o tempo que as crianças levam para se acostumar e ficar tranquilas sem os pais, mas há crianças que demoram mais. O importante é entendermos que cada criança tem o seu tempo.

É preciso lembrar que a criança dessa faixa etária sabe exatamente com quem pode contar e quais os seus colos favoritos; dessa forma, sair de casa para um ambiente que não é unicamente seu é um desafio e tanto. Pequenas mudanças na forma de conversar com a criança sobre esse momento, com perguntas pontuais e um compartilhamento mais dedicado em casa, podem contribuir muito para que a fase de adaptação seja mais leve.

A certeza na escolha da escola é fundamental, a confiança na instituição é primordial para a segurança que será transmitida para a criança; portanto, ao tomar a decisão, esclareça suas dúvidas e acredite nos profissionais da escola.

Levar a criança para comprar uniformes, mochilas, materiais ou qualquer outra necessidade que envolva o início do período de aulas é um exercício muito rico. Nesse momento, ela se sente útil e participativa na escolha e definições de detalhes que fazem parte de algo importante e que será dela. Esse é o momento de plantar expectativas positivas antes do início das aulas.

Converse sobre a escola, dizendo o quanto ela é legal. Proporcione uma breve visita ao espaço físico na sua companhia, antes do início das aulas (pode até ser durante o período da matrícula), pois esse contato ajuda muito e possibilita conversas em casa para que a expectativa positiva possa ser criada. Crie uma ansiedade construtiva, plante o desejo de ir à escola, diga que vão brincar muito, conhecer outras crianças, fazer amigos, pintar, jogar; que será um momento divertido para elas.



IMPORTANTE

Esteja pronto para que elas realmente demonstrem essa euforia, mas, se na chegada do tão esperado “primeiro dia de aula”, a criança se recusar a vestir o uniforme e recuar do entusiasmo que demonstrava anteriormente, ou rejeitar carregar seus pertences, compreenda como situações perfeitamente normais. Caso isso ocorra, não brigue pelo uniforme, afinal o importante é a ida à escola; mantenha o foco e a tranquilidade como prioridade. Recorde-se da falta de maturidade emocional, do direito dessa criança de se sentir insegura, e do papel dos pais, que é direcionar, educar para o novo; portanto, proporcione a escolha de uma roupa diferente (confortável, de preferência) ou carregue a mochila, e siga para o início da adaptação!

SOBRE A ADAPTAÇÃO ESCOLAR

Baseando-se em Ortiz (2002), acreditamos que uma criança se adaptou à escola se ela:



Desenvolve atitudes e pensamentos positivos em relação à escola e às suas aprendizagens.



Estabelece laços com seus professores e colegas.

O processo de adaptação escolar varia pouco entre as escolas; a maioria delas trabalha com a imersão gradativa da criança na rotina completa. As instituições orientam a permanência da criança, nos primeiros dias, de algumas horas (duas ou três) e esse tempo cresce com a evolução do processo, mas lembre-se: cada criança tem seu tempo. Nessa hora, esteja preparado e disponibilize sua agenda, é um momento pontual e será determinante. Muitos pais, por terem indisponibilidades profissionais, se sentem culpados por não poder comparecer. Uma alternativa muito saudável é a escolha de um outro adulto (pode ser um tio ou tia, avô ou avó, babá ou até mesmo amigos seus que tenham muita intimidade com seu filho) para acompanhar essa etapa. Fique tranquilo com essa escolha, lembre-se da garantia emocional que dará à sua criança. O fator mais importante é que ela tenha alguém que lhe traga segurança durante todo o período de adaptação.

O universo da Educação Infantil é permeado, fundamentalmente, pelo brincar. Todas as atividades desenvolvidas na escola utilizam como base o lúdico, em que o conhecimento é construído por meio de jogos e brincadeiras. É um espaço acolhedor e pensado para crianças, portanto deve ser atrativo para elas; deve ser um universo que possibilita muitas percepções e onde a criança terá a oportunidade de perceber suas preferências. Identifique pontos de

potencial interesse da criança para que possa ser usado como incentivo e encorajamento, esteja preparado para conversar com a criança sobre as atividades e brincadeiras que realizará na escola e as percepções que ela teve em cada uma. Os educadores estão prontos para receber a criança e garantir que a experiência seja enriquecedora e construtiva, portanto confie nesses profissionais. O primeiro contato e o diálogo são fundamentais no processo de adaptação.

A principal forma de comunicação entre familiares e escola, geralmente, se dá por meio de uma agenda ou de um diário escolar; já existem instituições que utilizam a comunicação via aplicativos de celular, mas o importante é que os professores forneçam informações sobre algumas atividades que foram realizadas. Questione-os caso julgue necessário, pois essas informações são muito positivas na conversa com a criança ao final do dia. Essa síntese, em casa, fará uma enorme diferença para a criança, pois ela pode perceber que seu responsável está a par e caminha de acordo com os novos adultos que a cercam. O diálogo escola-família garante segurança às crianças e precisa ser preservado no decorrer de sua experiência escolar. A comunicação mais intensa será nesse período, portanto esteja pronto para incorporar o hábito de conferir agenda e os comunicados escolares na sua rotina diária. É fundamental que o vínculo esteja afinado e seja trabalhado frequentemente.



Se sente à vontade e relativamente feliz em sala de aula.



Se mostra interessada em participar das atividades em sala de aula.



Apresenta bom desempenho no seu processo acadêmico, isto é, se a criança está brincando.



ROTINA E DICAS

Durante o período escolar, a criança vai se deparar com momentos de rotina e toda a estrutura escolar mantém uma ordem dos acontecimentos. Essa rotina é muito importante à medida que, ao ser conhecida, pode ser antecipada pela criança. Saber o que está por vir permite à criança um domínio pessoal sobre o que ela faz; dessa forma, é fundamental manter uma rotina também em casa. A manutenção da rotina torna-se uma ferramenta poderosa no desenvolvimento da autonomia e facilita a aquisição de maturidade emocional em todas as etapas de desenvolvimento infantil. Algumas dicas que podem ser valiosas nesse momento:

Em resumo: o ponto central do processo de adaptação é a aceitação da ausência de maturidade emocional da criança que se manifesta à medida que ela depara com o novo, pois não dispõe de recursos emocionais suficientemente desenvolvidos para lidar com essa insegurança. As novidades podem ser muitas: entrada na escola, mudança de turma, de ambiente ou de espaço. A manifestação

Acredite e esteja tranquilo

O momento de encontro na porta da sala ou na portaria da escola é muito importante; mesmo que a criança esteja chorando, transmita sua confiança a ela com palavras confortadoras. Diga: "Você vai brincar no parque, vai ser uma delícia!" ou "Lembra da massinha, de que você gosta tanto, você vai brincar com ela!". Essas palavras são sua garantia de que ela terá um momento bom. Nessa hora é fundamental que a criança caminhe até o professor (ou outro responsável da escola), pois, ao ser diretamente retirada do colo do familiar ou cuidador, as sensações de rompimento serão potencializadas. Dessa forma, coloque a criança no chão e permita que o professor a pegue. Ela será acolhida e esse professor dará colo e aconchego; esse é o momento da transferência do acolhimento. A criança que entra chorando na escola será confortada e assistida individualmente até que se sinta segura. Não existe tempo certo, cada uma delas tem o seu. É necessário paciência para perceber e esperar.

Entusiasmo e acolhimento

A volta para casa após os primeiros dias precisa receber a mesma atenção que foi dada na chegada à escola; além disso, saber sobre as atividades que foram realizadas é crucial. Questione a criança objetivamente e de forma entusiasmada para que ela possa contar sobre suas experiências e perceber todas as vantagens de ter estado na escola, como: "Me diz do que você mais gostou quando estava pintando com tinta, filho(a)!"; "Nossa, fiquei sabendo que vocês leram um livro, qual a parte mais legal: você se lembra?". Questionamentos objetivos, além de exigirem pouco esforço da criança, são muito ricos e permitem que o olhar seja direcionado para os aspectos positivos dessa experiência, o que é muito bom, uma vez que ela está passando por um momento de conflitos emocionais.

de ansiedade e o medo são normais em qualquer idade, mas, na Primeira Infância, esse momento pode ser mais intenso. Dessa forma, a capacidade de compreensão dessa imaturidade pelo adulto que está ao lado dela é essencial. Seja o ponto de apoio emocional do(a) seu(sua) filho(a), de forma que, quanto mais segurança ele(a) adquirir, mais confiança e afinidade ele(a) vai criar com relação



Um pedacinho de casa

Crianças pequenas, geralmente, possuem algum objeto (naninha, pano, brinquedo) de muita intimidade e apego. No período de adaptação, esse objeto é muito bem-vindo! É o chamado objeto transicional, o qual contribui para a sensação de segurança da criança e será uma ferramenta valiosa de acolhimento. É como se a criança levasse um pedaço de casa consigo para que ele seja o porto seguro em momentos de angústia. Se necessário, converse com os educadores a respeito da presença do objeto e alinhe uma conduta para a aceitação dele durante esse período. De forma gradual, incentive a criança a deixar o objeto em casa, mas apenas quando sentir que ele já não é extremamente necessário, ou seja, quando a criança demonstrar menor interesse e necessidade de estar com ele.

Tudo pode acontecer

Esteja pronto para um retorno inesperado, tanto dos professores quanto da criança. É muito importante estar ciente de que reações de todos os tipos estão por vir, portanto invista no diálogo com a escola e com a criança. Crianças que demonstram agressividade são comuns nessa fase. Caso seu filho seja agredido, acolha e reforce que ele precisa se defender: "Diga ao seu colega: 'Não! Eu não gosto, pare.'. E peça ajuda para a professora, filho(a), elas estão lá para te ajudar! O colega não soube falar, mas ele vai aprender!". Caso contrário, se sua criança é a que demonstra agressividade, acolha a raiva, mas converse sobre alternativas: "Filho(a), você bateu no seu colega (ou jogou um brinquedo longe), sua professora me contou, ela está preocupada! Eu sei que você está com raiva, é normal termos sentimentos assim em situações novas, você sabe me dizer por que você fez isso?". Acolha a resposta, que pode ser qualquer uma, mas deixe a criança perceber sua ação e, mesmo que ela diga "Não sei", acolha com o sentido de que ela está passando por um momento diferente e é normal, mas que ela pode falar, ou escolher outro brinquedo, ou pedir ajuda. Forneça alternativas para a ação que foi identificada como crítica.

Criando vínculos

Esse é o momento de criar vínculos, tanto com colegas quanto com professores. Não há como saber com qual deles será primeiro, mas, ao menor sinal de afinidade com uma pessoa específica, passe a dar foco a essa pessoa: "Vamos ver a professora, oba!" ou "A sua colega Mariana estará lá te esperando! Que legal, você vai brincar com ela!". Esse desejo de estar por perto de alguém que não é da família precisa ser incentivado para que a criança compreenda que a felicidade que ela sente não vai substituir seu amor familiar, pois temos relações com muitas pessoas e isso faz parte da vida. Dê apoio para esses novos vínculos que a criança está fazendo.

ao espaço escolar. O choro tende a cessar com o tempo, que varia de criança para criança, de forma que, aos poucos, o entusiasmo passe a predominar.

É muito importante lembrar que a percepção de tempo da criança é diferente da do adulto. Em razão disso, finais de semana, feriados ou férias proporcionam um breve "esquecimento da escola" e podem trazer à tona as inseguranças e os choros do processo

de adaptação. Esteja preparado para esse momento e mantenha a calma, vai passar mais rápido do que quando ela iniciou seu processo de escolarização, pois lembrá-la daquilo que ela já conhece é mais fácil do que criar o vínculo inicial. Esteja pronto para ouvir seu(sua) filho(a) durante os momentos de mudança e construa com ele(a) uma maneira de passarem por isso juntos, de forma leve e enriquecedora.

PARA SABER MAIS

► O que é Primeira Infância?

Do nascimento até completar 6 anos se dá a Primeira Infância, janela em que experiências, descobertas e afeto são construídos e acompanharão a criança para o restante da vida. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=0WS_2wwyvWk>. Acesso em: 4 dez. 2018.

O começo da vida

O começo da vida traz, dentro de um contexto emocionante, a informação relevante de que os primeiros três anos de vida da criança são fundamentais e decisivos para seu desenvolvimento saudável, tanto na infância, quanto em sua vida adulta. *Trailer* disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=lxw7pV3I2SU&list=PLVfZHQGPp_MtCK623cABUZ9nftEfYXc4y>. Acesso em: 4 dez. 2018. Filme completo disponível em: <<http://ocomecodavida.com.br/filme-completo/>>. Acesso em: 4 dez. 2018.

📖 Escola sem conflitos: parceria com os pais Tania Zagury. Rio de Janeiro: Record, 2002.

Em que escola matricular seus filhos? Como se relacionar com coordenadores, diretores e professores? Como tornar o seu filho um bom estudante? Essas e muitas outras dúvidas são esclarecidas pela autora nesse fundamental livro para pais e educadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORGES, M. F. S. T.; SOUZA, R. C. de (Org.). *A práxis na formação de educadores de Educação Infantil*. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.
ORTIZ, C. Entre adaptar-se e ser acolhido. *Revista Avisa Lá*, n. 2, jan. 2002.

Passos para a adaptação

1.

O processo de adaptação escolar é vivido também pelos pais e responsáveis pela criança. A família precisa confiar que fez a escolha correta e enxergar a escola como um lugar que irá contribuir para o desenvolvimento da criança.



2.

Quanto mais tranquilos os pais estiverem ao deixar seu filho na escola, mais a criança também ficará tranquila.



3.

Converse com o(a) seu(sua) filho(a) sobre a nova etapa. Se possível, visitem a escola juntos novamente, quantas vezes acharem necessário, antes do início das aulas, e envolva ele(a) na preparação para a vida escolar, como a organização do material e do uniforme.



4.

Ressalte para a criança aspectos positivos da escola. Diga que lá é um lugar que ela vai brincar, encontrar outras crianças e adultos e que irá aprender coisas novas. Crie boas expectativas sobre a escola.



5.

Informe a criança que você irá voltar na hora marcada. Não se atrase. Se a criança entender que você irá voltar, ela ficará menos angustiada.



6.

É normal a criança chorar no processo de adaptação. Essa reação se deve à angústia de separar-se momentaneamente dos pais. Tudo é novidade, tanto para ela quanto para os pais.



7.

Permita que a criança carregue um objeto favorito para fazer parte do processo de adaptação. O pedacinho de casa pode ajudar bastante nos primeiros dias.



8.

Ao deixar a criança na escola não fuja ou se esconda. É importante sempre comunicar à criança quando vai se afastar, até que consiga se despedir dela e só encontrá-la na saída.

9.

Ao chegar em casa, converse com seu(sua) filho(a) sobre como foi o dia na escola. Tire as dúvidas da criança e a conforte sobre seus medos.



10.

Provavelmente você se sentirá culpado(a) por deixar seu(sua) filho(a) na escola. Mesmo quando, já no primeiro dia, a criança sair correndo sem nem se despedir de você. Esse sentimento irá passar e isso acontece à medida que você vê o quanto a criança está feliz e segura.



Giovanna Fressa Cavalcante é mãe e leitora voraz. Graduada em Licenciatura Plena em Pedagogia pela Universidade Anhembi Morumbi, atua na área educacional há 12 anos. Apaixonou-se pelo trabalho com crianças quando, ainda adolescente, foi mediadora de leitura voluntária no Projeto Biblioteca Viva, da Fundação Abrinq, onde permaneceu por 3 anos. Profissionalmente, atuou como docente de Educação Infantil e Ensino Fundamental I em instituições particulares bilíngues e aprimorou a docência com experiências em métodos inovadores de ensino, como *The International Baccalaureate® (IB) Primary Years Programme*, e com dinâmicas educacionais antropológicas e socioconstrutivistas. Paralelamente, trabalha como consultora pedagógica, orientando pais e alunos com dificuldades que envolvam a escola e a criança.

