



🧠 E quando a adaptação na escola dá um frio na barriga?

*

💡 Se a adaptação preocupa você e ao seu filho(a), não se desespere! Seja pela primeira escolinha, pela nova turma ou pela troca de escola... Isso é super normal!

*

💡 São muitas novidades, eu sei! E chegou a hora de vocês enfrentarem com tranquilidade e confiança. Para isso, vou dar algumas dicas preciosas:

*

① **Lembrança de casa:** deixe a criança levar para escola algo que lembre seu quarto. Pode ser um brinquedo que ela goste e que não vá atrapalhar a dinâmica na aula.

*

② **Envolva a criança:** converse sobre o material escolar. Permita que a criança faça escolhas entre itens pré selecionados por você (pensando em custo x benefício, não é mesmo?!). Qual mochila, por exemplo.

*

③ **Cumprindo promessas/acordos:** nesta fase, a criança cria expectativas e fica ansiosa, portanto, se você prometeu algo, cumpra! Levar ou buscar na escola, por exemplo. Se combinar que ficará no pátio esperando, fique. Não engane a criança.

*

④ **Equilíbrio entre aconchego e firmeza:** lidar com as emoções neste momento é bem delicado. Tanto as crianças quanto os pais ficam muito sensíveis. Contudo, a criança não deve ser blindada de passar por esse processo, porque isso pode torná-la uma pessoa frágil e insegura. Acolha as emoções e mantenha a firmeza, demonstrando para a criança que você confia nela e que tudo transcorrerá com tranquilidade. Não faça concessões desnecessárias!

*

⑤ **Não fique triste - cuide-se!:** muitos pais se sentem culpados por "deixar" seus filhos na creche ou na escola. Às vezes, a "dor da separação" bate mais forte nos pais do que nas próprias crianças, que acabam encarando com naturalidade e como diversão. Portanto, não se cobre tanto e busque alternativas para distrair seu foco. Permita-se pensar em você, enquanto eles estão encarando seus desafios!

*

⑥ **Integração:** integre-se com a escola, professores e pais dos outros alunos. Se puder, programe passeios em conjunto, ida ao teatro, ao cinema... O convívio social será benéfico para as crianças. Além disso, o envolvimento funciona como parceria entre professores e pais, fazendo com que os responsáveis se sintam confiantes e com apoio mútuo!

*

💡 É verdade que são muitas emoções, perguntas e inseguranças... Tudo isso faz parte dessa fase tão importante nas famílias.

*

💡 Saiba que eu, como **Coach Infantil**, estou aqui para esclarecer suas dúvidas. Se você quiser saber mais, há outros conteúdos nas minhas redes sociais. E, se você preferir, lembre-se que estou aqui para te ajudar!

*

💡 Lembre-se de que estou aqui para te ajudar! Fale comigo e/ou compartilhe com amigos que eu, também, possa colaborar!

Até logo!