

# O receio dos primeiros dias de escola

Embora não possa saber sempre o que o seu filho está a pensar, é muito provável que ele esteja ao mesmo tempo entusiasmado e nervoso em relação aos primeiros dias de escola. Tente lembrar-se dos seus próprios pensamentos e sentimentos quando entrou para a escola. Esta é uma lista de algumas preocupações que as crianças podem ter.

- Quem vai brincar comigo?
- E se eu me perder?
- A quem posso pedir ajuda?
- Onde penduro o meu casaco e o meu saco?
- Tenho saudades da minha mamã e do meu papá.
- E se o condutor do autocarro se esquecer onde eu moro?
- E se o professor me fizer uma pergunta e eu não souber a resposta?
- Tenho medo de usar a casa de banho.

As crianças com necessidades especiais poderão ter dificuldade em exprimir os seus receios e preocupações em relação aos primeiros dias de escola. Como pai/mãe pode ajudar o seu filho, familiarizando-o com o que a escola será e todas as coisas que pode obter da aprendizagem. Pode também fazer planos para lidar com os seus medos e ansiedades. Se o seu filho ficar tão ansioso a ponto de alterar as suas rotinas normais de alimentação, sono ou casa de banho, por favor consulte um profissional.

Os pais também têm frequentemente muitas preocupações. Isso é compreensível pois ter um filho que começa a ir à escola pode alterar

a rotina de toda a família. Os pais que ficavam em casa com os filhos podem recomeçar a trabalhar. Poderá também ser necessário alterar as disposições existentes para tomar conta do filho depois da escola. Como pai/mãe de uma criança com necessidades especiais poderá estar preocupado com a forma como o seu filho se irá “adaptar” à escola.

É importante lembrar-se que é impossível preparar o seu filho para todas as novas experiências com que se irá deparar na escola. A maior parte da nossa aprendizagem tanto como crianças como na idade adulta ocorre quando enfrentamos o inesperado. O seu filho terá dias em que volta a casa muito entusiasmado, desejoso de lhe mostrar uma pintura que fez ou que já sabe escrever o seu nome.

Terá também dias em que volta frustrado por coisas que acha difíceis de aprender. Nessas alturas é importante reconhecer a frustração do seu filho e louvá-lo pelos esforços feitos. Pode dizer-lhe que cada pessoa aprende a um ritmo diferente e que não tem importância se ele necessitar de mais tempo para praticar uma nova aptidão. Se verificar que o seu filho está frustrado a maior parte das vezes, poderá ser conveniente falar com o professor para tentar descobrir qual pode ser a causa. Independentemente de casos excepcionais, todas as crianças são diferentes umas das outras a diferentes níveis. Cada criança tem uma combinação única de capacidades e necessidades, interesses e receios, êxitos e fracassos. Estas diferenças individuais estão presentes ao longo de toda a nossa vida e fazem parte da natureza humana.

Por último, reserve sempre algum tempo para se descontrair e divertir-se com o seu filho e os seus irmãos e irmãs. Quando o leva ao parque, prepara com ele uma refeição ou aluga um filme, está a mostrar ao seu filho que o seu amor por ele não é baseado nos seus êxitos académicos.