

# Volta às aulas: a

Primeira semana em uma escola nova pode significar um difícil processo de adaptação... Ou não, desde que o adolescente encare a mudança de colégio como uma oportunidade de conhecer mais pessoas e ampliar rede de contatos

GABRIELA DA SILVA

Os passos estão ainda inseguros, sem saber para onde ir, um tímido sorriso se esforça para permanecer no rosto, e cada um que passa é a busca por um olhar cúmplice que possa dizer "oi, também sou novo aqui". Bendito o celular, smartphone, ou o que estiver à mão, que aparece nas horas de aperto para disfarçar o nervosismo, prender a atenção e evitar maiores contatos visuais. A cena é comum em qualquer colégio do planeta no início do ano letivo, especialmente para quem está recém chegando no pedaço. "Eu ficava pensando 'tenho que fingir que sou legal, não sei o que gostam, não sei o que querem'", resume Bruna Duarte dos Reis, 17 anos, sobre a experiência dos seus primeiros dias em uma nova escola. Esta preocupação não é exclusividade da estudante de Novo Hamburgo. A psicóloga e escritora Maria Tereza Maldonado explica que é um medo de todo ser humano não ser aceito, não conseguir encontrar seu lugar dentro de um contexto, mas destaca que é importante não ter medo diante de circunstâncias inéditas e que se inserir em um novo ambiente deve ser visto como uma oportunidade de expansão. "É preciso desenvolver desde cedo a capacidade de se adaptar a novas situações. Essa habilidade é essencial para sobreviver no século 21, porque a gente está vivendo um mundo em mutação rápida, em crises que se sucedem, sejam ambientais, sociais ou econômicas, de modo que a capacidade de se ajustar a novos contextos é uma ferramenta de sobrevivência", afirma.

E quer teste de adaptação mais complicado que primeira semana de aula em colégio novo? Além de ter acabado a mamata das férias, voltam os compromissos e ainda é preciso desbravar a nova escola, fazer novas amizades, tudo de novo. "Nossa, no primeiro dia eu tremia muito", confessa Kaline Fraporti Sousa, 14, que está começando no 1º ano do Ensino Médio da IENH – Unidade Fundação Evangélica.

A psicóloga Maria Tereza afirma que o processo de ambientação varia muito de acordo com a personalidade de cada um: aqueles que encararem a situação como uma chance de conhecer pessoas e regras novas se entrosarão mais rápido. "Mas há aqueles que ficam inseguros. Muitas vezes é o adolescente que fica mais arredo, porque se sente um peixe fora d'água, fica quieto num canto. Não encaram a situação como uma oportunidade, mas como uma ameaça a sua estabilidade, ficam assustados", esclarece. Para deixar esta fase de transição mais simples, ela dá a dica: "encare que a vida é uma sucessão de mudanças e veja-as como oportunidades, vá abrindo seu caminho de novos contatos, novas experiências, dentro do que é possível e compatível com a maneira de ser de cada um".



COLÉGIO NOVO: gostos em comum conectaram Mônica, Bianca e Emanuelle

## Construindo novas amizades

Começando o ano letivo em uma escola diferente pela sexta vez, Emanuelle Bianchin, 13 anos, já tira de letra o início das aulas em um colégio novo. "O melhor é tentar fazer muitos amigos e não ficar nervoso, porque isso acaba atrapalhando", dá a dica. Moradora de São Leopoldo, em 2012, ela voltou de uma temporada de quatro anos no Espírito Santo e diz ter percebido que fora do Rio Grande do Sul o pessoal costuma ser mais aberto a quem está recém chegando no pedaço, o que facilita no processo de adaptação ao novo ambiente nos primeiros dias. A impressão é compartilhada pela agora colega de classe na 8ª série do Colégio Marista Pio XII, em Novo Hamburgo, Bianca Fernandes Faria Gonçalves, 13, que acaba de se mudar do Rio de Janeiro para a região. "É uma cultura bem diferente, as pessoas falam de um jeito que eu não entendo, mas todos são muito acolhedores. As pessoas vêm perguntar o nome, querem saber de onde sou, mas demoram para vir conversar mesmo, são mais fechados e estão bem divididos em grupos", comenta. Na primeira semana de aula, as duas se juntaram a Mônica Krummenauer, 13, que encara os desafios de estar em um colégio novo pela terceira vez. A idade, os gostos em comum e o fato de estarem chegando à escola no mesmo momento facilitaram a aproximação do trio. "Antes de vir para cá, alguns diziam que eu teria dificuldade de fazer amizades, falavam que os estudantes daqui seriam meio antipáticos, mas vi que o ambiente é bem diferente disso", observa Mônica.

Saber adaptar-se a novas experiências e situações é essencial para viver no século 21

Mudanças devem ser encaradas como oportunidades de se abrir novos caminhos



# missão!

## Pessoas introvertidas selecionam mais

Se adaptar à nova escola na primeira semana de aula não significa sair puxando papo com todo mundo, fazendo amizades por todos os lados. Claro que quem tem um perfil mais extrovertido, vai acabar se entrosando muito mais rápido, mas a galera que prefere ficar mais na sua tende a selecionar melhor suas companhias, afirma a psicóloga Maria Tereza Maldonado. “Vai com cautela procurar observar pessoas que possam ter o perfil semelhante ao seu, para que possa achar uma compatibilidade maior. Isso não é melhor nem pior do que o extrovertido, que faz amizade com todo mundo da sala no segundo dia de aula, são apenas características diferentes”.



**Enturmados** - Luan Lucas Brites de Lima, 15 anos, e Kaline Fraporti Sousa, 14, já se conheciam do antigo colégio onde estudavam, em Esteio. Começando as aulas na IENH - Unidade Fundação Evangélica, de Novo Hamburgo, eles se juntaram a Maria Eduarda Orsi de Leão (terceira na foto), 14, para desbravar a nova escola. “Não conhecia ninguém e pensei que iam me excluir, mas o pessoal tem sido bem hospitaleiro”, comenta Maria Eduarda.

## Diálogo em casa também ajuda

Os primeiros dias em uma escola nova podem virar assunto dentro de casa, mas é melhor que o adolescente dê abertura para isso. A psicóloga Maria Tereza Maldonado recomenda que os pais observem o comportamento dos filhos e o convidem para falar sobre a questão. “Perguntar como está sendo a experiência na nova escola encoraja o adolescente a falar um pouco mais, é melhor do que ficar pressionando para contar o maior número de detalhes possíveis”, afirma. O interesse dos pais representa o quão importante é para a família o bem-estar do adolescente no colégio.

## Tema de livros e filmes

Fazer novas amizades, entender as regras do colégio, aprender o jeito de cada um dos professores, decorar os horários das disciplinas, acordar cedo todos os dias da semana, tudo isso ainda com a insegurança e a preocupação de ser aceito pelo grupo em que se está chegando. Os desafios dos primeiros dias de aula em uma escola nova são tão comuns aos adolescentes do mundo inteiro, que já serviram, e ainda servem, como tema de muitos livros e filmes por aí. A seguir, dicas de histórias para se identificar, dar umas risadas, ver que nada é tão ruim quanto parece e encarar a situação com bom humor de sobra.



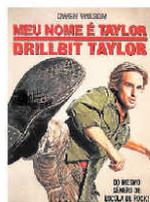
**Ela disse, ele disse** (Thalita Rebouças) - A história é protagonizada por Leo e Rosa, dois adolescentes que contam as experiências de seu primeiro ano em um colégio novo. Eles falam de amizade, paixões e bullying.



**Minha vida fora de série** (Paula Pimenta) - Se mudar de colégio é complicado, imagine ter que ir para uma cidade nova. No livro, a adolescente Priscila narra as descobertas vindas com a mudança.



**Meninas Malvadas** - Depois de viver por 15 anos na selva, Cady Heron (Lindsay Lohan) chega a uma escola pública, onde vai ter de encarar as regras e os grupos que vivem nesse novo hábitat.



**Meu Nome é Taylor, Drillbit Taylor** - Perseguidos por um colega no primeiro dia de aula no ensino médio, três amigos contratam um guarda-costas (Owen Wilson) para protegê-los na escola.

## Adaptação de quem chega e de quem já está na escola

Sempre que chega alguém diferente em um grupo já formado, é normal todos ficarem observando, tentando entender como é a pessoa, e não raro começam a surgir definições precipitadas sobre o novo colega. Para o estudante Luiz Felipe Schmidt Birk, 17 anos, acabam se criando certos rótulos sobre quem chega, que só prejudicam a abertura para conhecer novas pessoas. “É um certo medo de sair da zona de conforto e a pessoa acaba fechada, ficando em uma retranca”, observa. De acordo com a psicóloga Maria Tereza Maldonado, cada vez que alguém entra em determinado contexto já existente vai mudar a dinâmica da rede de relações.

### Bullying

Dentro desse cenário, não são raros os casos de bullying contra estudantes novos na escola. “Há uma turma que já está ali com as suas alianças e aí entra um ou dois alunos, que são uns corpos estranhos, literalmente. Eles poderão ser bem absorvidos ou escolhidos como alvo, isso vai depender das características de quem entra. Aquele que esconde a insegurança através de uma postura arrogante, provavelmente vai ser excluído pelo grupo, e também depende muito do trabalho que as escolas podem fazer”, afirma. A IENH - Unidade Fundação Evangélica faz um acompanhamento dos alunos, reforçado nas primeiras semanas letivas. “Temos um procedimento que começa já na entrevis-

ta antes da matrícula na escola. Depois do início das aulas, há uma nova conversa, onde se percebe se é preciso acompanhar ou não alguma situação. Mas não adotamos uma posição muito maternal, para que o estudante também não se sinta pressionado”, explica a psicóloga educacional do ensino médio da IENH, Renata Roos.

### Insegurança

Em alguns casos, o aluno que já está na escola há mais tempo pode acabar se sentindo intimidado pela presença de um novo colega. “Pode acontecer quando quem entra é uma pessoa mais popular, que tenha uma capacidade de liderança maior. Esse outro poderá se sentir ameaçado de perder o seu lugar conquistado”, comenta Maria Tereza Maldonado.

Enquanto os mais extrovertidos têm facilidade para fazer amizade logo nos primeiros dias de aula,

os introvertidos costumam observar as pessoas por mais tempo, identificando aquelas mais parecidas com seu perfil

ESCOLA