

Hoje as minhas filhas começaram as aulas “à séria”, (o mais velho só começa na próxima semana!).

E lá foram elas num misto de entusiasmo e dúvida, com as suas mochilas às costas, na ansiedade de saber o lugar onde se iriam sentar!

Ontem ainda houve lugar para algumas irritações, ora porque o jantar não era o que queriam, ora porque o cabelo não ficava como ela gostava ou até porque não queriam ver os mesmos bonecos, enfim nada de novo... Adormecer foi mais difícil e foram necessárias doses extra de festinhas para que finalmente sossegassem!

E quem não sente todo este turbilhão de emoções no seu 1º dia? Seja do 1º ano, como é a minha filha mais pequena, seja o 1º dia da universidade, o 1º dia de trabalho!

É necessário sabermos ouvir as nossas emoções, para que elas não tomem conta de nós, para que não invadam o nosso corpo e se descontrolem, com os nossos filhos é igual!

É preciso deixá-los sentir e ajudar a “arrumar” na respectiva caixa, para que percebam que é normal ter todas essas sensações, não é um problema, apenas têm de aprender a lidar. Tomar consciência e aceitar é o primeiro passo para que tudo corra bem e para fortalecer as suas capacidades.

No atropelo de perguntas que cada uma me ia fazendo, no caminho para a escola, eu respondia com outra pergunta:

- Oh mãe, mas eu vou estar muito tempo sentada?
- E o que podes fazer quando te sentires cansada?
- Mãaaaaaaae, vou já começar a ter muitos trabalhos?
- Como foi nos outros anos? Lembras-te? (a mais velha que vai para o 4ºano)
- Eu vou aprender já a ler? Isso é muito importante para ti?

E por aí foi, inúmeras perguntas, até que começaram a falar das brincadeiras e dos amigos, agora sim estavam mais tranquilas e menos receosas!

A diferença é que eu não lhes disse o que iria acontecer, até porque não sei, eu apenas

ajudei-as a verbalizar os seus medos e a verbalizarem o que poderia acontecer, a imaginarem, elas, com as suas vivências e experiências, os vários cenários. A perceberem a real importância que cada uma dá às várias situações.

E se eu antes temia o início do ano, agora vejo como uma oportunidade para ajudar os meus filhos a crescer a descobrirem as suas capacidades e a encontrarem formas de ultrapassar os seus medos.

Bom início de ano lectivo para todos, crianças e Pais!

Imagem (MaBraS) de uso gratuito em Pixabay