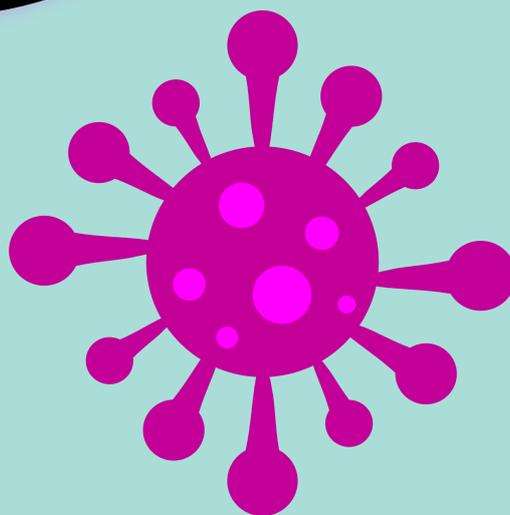


USP

**Precisamos
voltar para a
escola!**



**Mas e o Corona
vírus?!**



**Cartilha para ajudar crianças no
período de volta as aulas na escola.**

Cartilha para ajudar crianças no período de volta as aulas na escola.

Autores:

Thaís Morelatto Martelli;

Barbara de Godoi Champini;

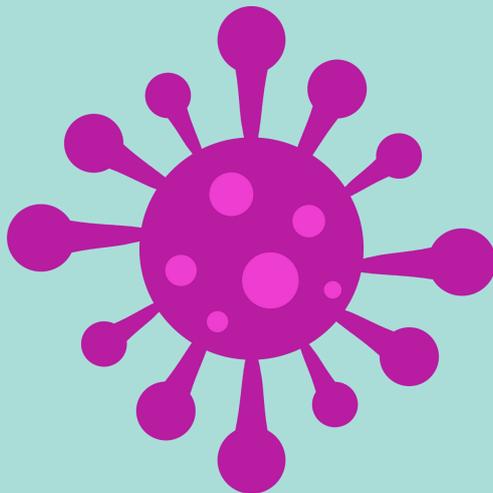
Isabella Lara Machado Silveira;

Juliana Gonçanvel Amaro de Souza.



2021

Um vírus muito chato e traiçoeiro surgiu no nosso planeta: o COVID-19.



Esse vírus deixou muitas pessoas doentes e alguns de nós perdemos familiares e amigos que amávamos.

Para nos protegermos do vírus, precisamos mudar nosso dia a dia. As crianças deixaram de frequentar a escola, não podiam mais brincar nas praças e nem encontrar os amigos.

O período de isolamento social pode ter gerado medos e inseguranças, por exemplo: medo de não ver mais nossos amigos, medo de perder nossos pais, medo de não conseguir aprender na escola, etc.

Agora, estamos vivenciando um novo momento: a retomada às aulas!



É um novo momento de mudança, o que pode trazer novos sentimentos difíceis. Como identificar esses sentimentos e lidar com eles?

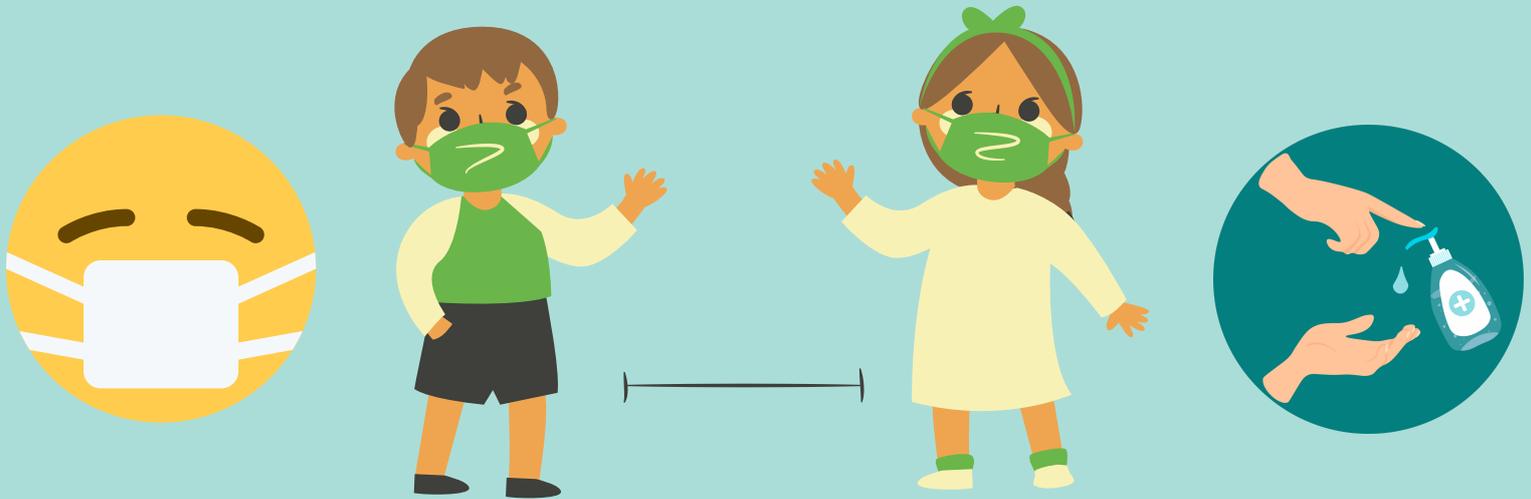
Essa cartilha traz algumas possíveis situações que vocês enfrentarão durante a volta às aulas com sugestões de como agir para se adaptar a esse novo contexto.



João seguiu todas as recomendações de distanciamento social durante a pandemia do Covid-19. Agora ele está com dificuldade de ir à escola, pois está com medo de sair de casa.

O que João poderia fazer?

- João pode contar aos seus pais como se sente para que eles possam ajudá-lo;**
- João pode se proteger quando sair de casa, usando máscara e utilizando o álcool em gel em suas mãos, além de evitar tocar, abraçar ou beijar colegas para se sentir mais seguro;**



- João pode contar a algum amigo ou para o professor sobre seu medo, para sentir que tem alguém que sabe de sua dificuldade e o apoia. Quando sentimos que não estamos sozinhos, podemos ter mais coragem para enfrentar situações difíceis.**

Ana teve dificuldade de estudar durante o período de isolamento social. Suas notas caíram e ela está com muito medo de fazer provas presencialmente e ir pior ainda.

O que poderia ajudar Ana nessa situação?

- **Contar sobre seu medo para os professores e pedir ajuda para conseguir acompanhar os novos ensinamentos; Ana também pode pedir para outro adulto entrar em contato com a escola e conversar sobre sua dificuldade;**
- **Ana pode estudar junto com algum amigo, assim ela pode tirar dúvidas; e também pode participar de aulas de reforço.**



Pedro achou difícil aprender durante o período de isolamento social, pois não conseguia prestar atenção nas aulas. Agora, na retomada às aulas, ele está mais agitado e não consegue se concentrar.

O que ele poderia fazer?

- Conversar com seus professores e dizer que não consegue prestar atenção nas aulas e pedir ajuda. Pedro também pode combinar de sair da sala para tomar água em momentos que estiver agitado, assim ele pode ter um tempinho para se acalmar.

- Pedir ajuda para os seus pais. Pode ser que ele precise de um médico ou psicólogo. Um psicólogo é uma pessoa que conversa e brinca com as crianças, tentando ajudá-las a cuidar dos sentimentos.



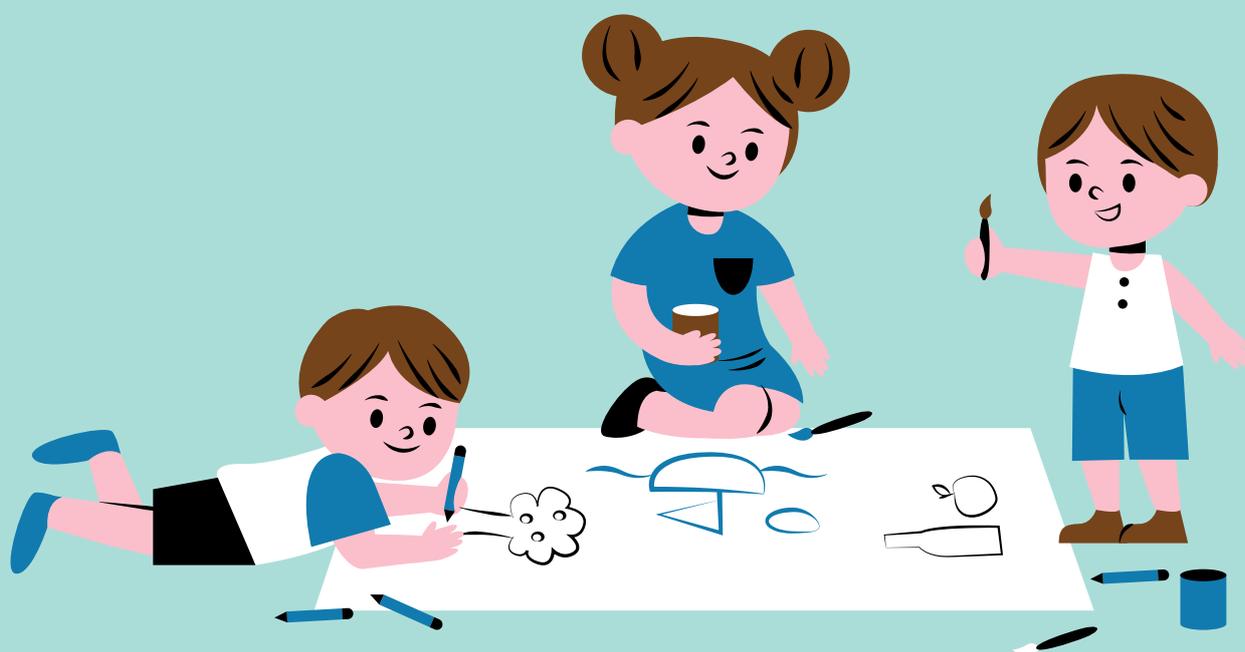
Luiza está voltando a frequentar a escola, porém sua sala foi dividida em dois grupos e ela foi separada de seus amigos. Agora ela está com medo de não fazer novos amigos!

Como ela poderia lidar com essa situação?

- Luiza pode tentar conversar com os colegas de sala e pedir para brincar ou fazer trabalhos juntos. Assim como ela está sem os amigos mais próximos, outras pessoas também podem estar nessa situação.

- Se Luiza sentir que não está conseguindo se aproximar dos colegas, ela pode pedir para seus pais conversarem com o responsável pela escola e pedirem para ela mudar de turma.

Se sentir em um ambiente acolhedor, junto com pessoas que gostamos é algo que pode ajudar a aprender!



O pai de Laura morreu durante a pandemia do COVID-19 e ela está muito triste, não consegue ter vontade de estudar.

O que Laura poderia fazer?

- Conversar com sua família e pedir ajuda. Muitas vezes, quando perdemos alguém que amamos, ficamos sem energia para fazer as coisas. É normal ter dificuldades por um tempo.**
- Compartilhar o que está acontecendo com os professores, eles podem sugerir outros tipos de tarefas e ser mais compreensivos.**
- Se Laura perceber que está triste por muito tempo e que não está conseguindo aprender, ela pode pedir para que seus pais a levem em um psicólogo.**

