

# A Espião em Mim

AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

*Como está a sua?*

Yana Camila Brasil Marques  
Waleska de Carvalho  
Marroquim Medeiros

Ficha Catalográfica  
Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde

---

M357e Marques, Yana Camila Brasil

A espiã em mim: autoimagem na adolescência. Como está a sua? / Yana Camila Brasil Marques, Waleska de Carvalho Marroquim de Medeiros. – Recife: Do Autor, 2022.

86 f.

Ebook, 2022.

ISBN: 978-65-84502-79-6

1. Adolescentes. 2. Autoimagem corporal. 3. Curso técnico - Ceará. 4. Relatório Técnico. I. Marques, Yana Camila Brasil. II. Medeiros, Waleska de Carvalho Marroquim de Medeiros. III. Título.

CDU 159.922.8

---

"Esta é uma obra ficcional, qualquer semelhança com  
nomes, pessoas, fatos ou situações da vida real é  
mera coincidência."

## DEDICATÓRIA

Aos meus alunos, fontes de inspiração em minha  
Jornada.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço à Deus, por mostrar meu caminho, minha área e missão que se aperfeiçoaram através da oportunidade do Mestrado em Psicologia.

Agradeço à minha família, em especial ao meu esposo, Eduardo Rubens, companheiro e amigo fiel. Aos meus filhos de quatro patinhas Mobydick e Tayga que me ensinam diariamente o amor incondicional e o perdão aos pequenos erros, além das alegrias e terapias diárias.

Agradeço à FPS pela oportunidade, estudo e crescimento ofertado através do Mestrado Profissional.

Agradeço à EPFAM e aos meus queridos alunos, por todo apoio, foi uma honra trabalhar na Instituição e uma dádiva as amizades que conquistei. Muito obrigada!

Agradeço ao município de Cedro-CE, por me acolher durante o período que residi e trabalhei na cidade, bem como à parceria aos projetos desenvolvidos e amizades conquistadas. Gratidão!

## A ESPIÃ EM MIM

- "Nota um... ou melhor, querido diário ou ainda Oi!... Ah! Não sei! Não fica muito estranho?!..." Pensou Gustavo ao pegar um caderno pequeno com a capa de Doug Funnie e Costelinha sorrindo para ele.

- "Não sei, vou escolher um cumprimento melhor e depois começo a escrever..." Continuou deixando o caderno em cima da mesinha de estudos de seu quarto e seguindo para a sala, na qual seu cachorrinho pé duro chamado Pé de Pano, o aguardava já vestido com a coleira para o passeio do dia.

Gustavo é um adolescente de 15 anos de idade que morava com os pais no município de Juazeiro do Norte, porém, com a separação deles, mudou-se com a mãe para a cidade natal dela, Cedro-CE.

Em Cedro, Gustavo decidiu juntamente com a mãe Helena e os avós maternos Antônio e Omélia, seu ingresso na Escola Estadual de Educação Profissional Francisca de Albuquerque Moura - EEEP FAM - para o Curso Técnico em Enfermagem com o intuito de cuidar melhor dos avós. Após a inserção das notas, o aguardo ansioso pelo resultado, a lista de selecionados foi divulgada no *islagrame* da escola às 09h36min e Gustavo foi aprovado, ficou dentro das vagas (quarenta vagas) em 35º lugar. A alegria foi imensa, a mãe gritava de orgulho em frente a sua casa: "Meu filho, passou na EP! Vai fazer Enfermagem! Será o Doutor da família!".

Já Omélia o beijava e abraçava e o avô chorava de emoção!

- "Oxe, Vô! O senhor tá chorando?" Perguntou Gustavo.

- "Ô, meu filho! Você nem imagina a alegria que estou em saber de sua Vitória". O avô falava com a voz trêmula.

- "Ora, Vô! O que é isso. Eu só vou para a escola profissional. Não vejo porquê de mãe e vó ficarem desse jeito".

- "Vem cá, Gustavinho". Chamou o avô pacientemente e um pouco mais calmo. "Eu acho que você ainda não entendeu o que está acontecendo... Eu vou te explicar. Você vai para uma escola que é muito boa, depois dos três anos de estudo, você terá dois diplomas, um do ensino médio e outro do curso que você escolheu o de Técnico em Enfermagem. Você chegará à escola pela manhã e sairá no fim da tarde, terá contato com várias pessoas, terá muito estudo, terá duas merendas, um almoço, vai estagiar e ainda ganhar uma bolsa estágio do governo. São tantas oportunidades que você terá a partir de agora, meu neto! Algo que nem sua mãe, nem eu tivemos..."

Gustavo ficou cabisbaixo, com um ar de vergonha por não estar reconhecendo e celebrando sua conquista e falou: "É, vô... O senhor está certo, tenho que ficar feliz, pois vou aprender a cuidar melhor do senhor, da vó e da mãe e ainda quando terminar o ensino médio, já poderei trabalhar para ajudar aqui em casa e fazer faculdade."

- "Isso, Gustavinho. É preciso celebrar cada pequena conquista. Se alegre e deixe sua família sorrir também".

Enquanto eles conversavam, Helena e Omélia foram para a cozinha preparar uma refeição bem especial, a mãe organizava para fazer um bolo de cenoura com recheio e calda de chocolate, o preferido de Gustavo, a avó cuidava do almoço: baião de dois com pequi e quiabo, macaxeira e peixe fritos e suco de tamarindo.

De repente, o telefone fixo da casa toca, era o pai de Gustavo, Augusto que viu o resultado e ligou para parabenizar o filho.

- "E, aí, filhão?! Que maravilha! Parabéns! Mas, 35º lugar, Gustavo?! Você deveria ter passado em 1º, no máximo em 3º lugar, nem parece meu filho! E, por que Enfermagem? Enfermagem é coisa de mulher, você deveria ter escolhido outro curso, um curso de homem! Só tinha esse curso?! Não dá para trocar por outro? Vou ligar para o diretor amanhã, pode deixar comigo..." falava incessantemente.

- "É... Oi, pai." Dizia Gustavo meio encabulado pela fala incisiva de Augusto. - "Obrigado... Eu quero mesmo fazer Enfermagem, quero cuidar de vô Antônio e vó Omélia. Os outros cursos são legais, só que pra mim, não..." falou.

- "Meu filho, o que é que meus amigos vão falar? Ter um filho enfermeiro?! Se fosse uma filha, eu entenderia..."

- "Pai, eu quero fazer esse curso e pronto! Tchau!" Gustavo desliga o telefone.



- "O que aconteceu, filho?" Perguntou Helena.

- "É que meu pai disse que eu deveria ter escolhido outro curso ao invés da Enfermagem e ficou falando várias coisas... Me despedi e desliguei! Mãe, não quero mais conversar com ele." Explicou.

Em poucos minutos, o telefone toca novamente, Helena atende, era Augusto tentando continuar a conversa com Gustavo, mas este não queria mais prosa. A ligação acabou e Helena comunicou a todos que Augusto mandaria uma bicicleta para Gustavo ir à nova escola.

- "Pelo menos isso. Liga pra cá para reclamar que o menino escolheu o curso de Enfermagem, uma profissão tão bonita. Nã!" Reclamava Omélia.

- "Calma, mãe! Olha o Gustavo." Falou Helena.

- "Podem conversar, vou para o meu quarto." Dizia Gustavo saindo da presença de todos e sendo acompanhado por Pé de Pano.

Gustavo chegou a seu quarto, deixou Pé de Pano entrar, fechou a porta e se deitou olhando para as telhas, pensando no que havia acontecido nas últimas duas horas. Pegou o caderno em cima da mesinha, uma caneta, abriu na primeira folha e leu:

*"Que através dele, você possa reconhecer seus sentimentos, lidar com eles e viver bem nesse mundo louco. Com amor, Pérola."*

O caderninho de cartografia foi presente da ex-ficante de Gustavo, Pérola. Eles terminaram, quando ele se mudou para Cedro, contudo, mantiveram a amizade. No dia de sua viagem, Pérola entregou o caderninho e disse que seria muito bom para ele, em sua vida nova. Ela já tinha um (dica da psicóloga a qual faz acompanhamento) que ajudava muito em suas crises de ansiedade. Mesmo sabendo que uma espécie de "diário" não era comum para meninos, ela arriscou no presente, colocou uma dedicatória bem bonita e deu um abraço de até breve. Gustavo ficou surpreso com o caderninho, pois tinha a capa do desenho favorito dele: Doug Funnie.

- "Então, vamos lá, Pé de Pano, vou aceitar o presente de Pérola, pode ser que me ajude. Pé de Pano?!".

Pé de Pano dormia embaixo da cama de Gustavo e começava até a risonar.

- "Vou começar assim... 'Oi'... Dá certo!" Afirmou para si, enquanto começava o primeiro registro.

*Oi. Eu não sei como começar... Isso parece tão estranho pra mim, mas se deu certo para Pérola, pode ser que dê certo pra mim também. Bom, de novo... Oi, eu sou o Gustavo, tenho 14 anos, me mudei há algumas semanas para Cedro e minha vida está mudando rapidamente. Primeiro, eu morava com meus pais em Juazeiro do Norte, curtia minha escola, meus amigos, minha quase namorada Pérola... Meus pais brigavam muito e as brigas*

umentaram quando minha mãe começou a trabalhar fora. Meu pai não gostava e quando ela foi aprovada no vestibular de Enfermagem, o ambiente ficou insuportável, não havia conversa em casa, encontrei minha mãe chorando diversas vezes no quarto e meu pai encontrando qualquer motivo para reclamar que a casa estava bagunçada, suja ou que não havia comida para ele quando chegava do trabalho. Um dia, minha mãe me chamou e disse que iria se separar dele, que não aguentava mais, estava triste e ia aguardar a conclusão dos meus estudos para irmos para Cedro. Confesso que fiquei feliz, não gostava de vê minha mãe sofrer, mas também fiquei triste, mesmo meu pai sendo complicado, não queria que a minha família fosse destruída... Meu pai é funcionário concursado da prefeitura de Juazeiro do Norte e minha mãe tinha vindo para Juazeiro em busca de trabalho, eles se conheceram, começaram a namorar, ela engravidou, casaram, eu nasci e ela saiu do trabalho para cuidar de mim, da casa e de meu pai, só que depois que cresci ela começou a procurar um novo emprego... Enfim, eles se separaram e nos mudamos para cá. Bom, é isso... É... Eu entrei na Escola Profissional, no curso de Enfermagem! Estou feliz, pois era um sonho! Apesar de não saber como será na nova escola, estou feliz por ter conseguido entrar no curso que quero. Morar com meus avós está sendo legal, gosto muito de conversar com meu avô já que com meu pai

*é difícil... E, ainda tem essa tal fase da adolescência que acontece umas mudanças no meu corpo, minha voz está estranha, aparecendo muita espinha na minha cara, pelos no corpo todo, estou parecendo um lobisomem... Por que tem que acontecer tudo de uma vez? A gente precisa se preparar... É complicado lidar com o fim do casamento dos pais, ir morar em outro lugar, ir para outra escola, ter outra rotina... Mesmo com meu vô, vó e mãe, ainda me sinto só. Será que é normal? Será que todo adolescente passa por isso? Como será a nova escola? Terei muitos amigos? Será que terá outro menino além de mim no curso da Enfermagem? Ou serei o único? Será que vou sofrer bullying por ter escolhido a Enfermagem?... Uhgr!... Pronto, por hoje é só, falei demais, tchau! Será que eu devo dar tchau para você? Meu caderno? =/*

Assim, Gustavo encerrou seu primeiro registro no caderninho.

- "Até que estou mais leve, mais calmo... Acho que Pérola tem razão, ele vai me ajudar muito." Pensou enquanto guardava o caderno debaixo do colchão. Mesmo sabendo que a mãe e os avós não invadiriam sua privacidade, achava legal manter os relatos em sigilo.

Oi leitor(a), aqui é a narradora, tudo bem? De vez em quando, vou interromper a história




Após isso, Gustavo tirou um cochilo e acordou com sua mãe o chamando para almoçar e comemorar sua nova conquista.

- “Vem Gustavo, o almoço já está pronto!” chamava carinhosamente, Helena.

Gustavo levantou-se da cama e juntamente com Pé de Pano, seguiu para a cozinha onde todos o aguardavam. Chegando lá, viu os sorrisos, a alegria de sua família e agradecendo pela comemoração, Helena e Omélia iniciaram um ‘parabéns pra você’, Antônio, em seguida, fez uma breve oração, depois foram almoçar.

Dias se passaram, a matrícula foi realizada e o primeiro dia de aula se aproximava. Gustavo estava apreensivo e bastante ansioso, não sabia se conseguiria se adaptar na escola nova (dois turnos, ensino médio + curso técnico), se faria amigos, se as meninas o achariam atraente apesar das mudanças no corpo, rosto, mudança na voz, se, e se, e mais um pouco de se.

O primeiro dia chegou, Gustavo vestiu-se apressadamente, merendou e seguiu seu caminho para a EEEP, não antes de, a pedido de sua mãe, fazer um registro

fotográfico do 1º dia com toda sua família, a foto foi para o *status* do *mensapp*, *islagrame* e *carabook* de Helena.

- "Nossa, mãe me faz passar por cada uma..." Pensava enquanto seguia para a escola de bicicleta. "Espero que meus futuros colegas não vejam a foto... Se virem, não tirem onda, isso vai queimar meu filme... Estou preocupado um pouco com minha imagem... Será que estou 'legal' para a nova escola? Meu corpo está mudando tão rápido que não consigo acompanhar o processo e se eu for julgado pela minha aparência? Isso acontece mais com as meninas, mas com os meninos também... Será que vou sofrer *bullying*?..."

Aqui, você pode desabafar se já sentiu essa apreensão acerca da sua autoimagem em algum momento, seja no primeiro dia de aula seja em outras ocasiões.




Enquanto conversava consigo, pedalava e pedalava até que percebeu que já estava próximo à escola.

-“Eita! Já cheguei! Nossa! Olha quantos alunos!”  
Exclamava Gustavo enquanto descia de sua bicicleta e seguia para o portão e aguardava sua abertura em meio a diversos alunos.

-“Oi! Meu nome é Estevão! Tudo bom?”

-“Oi! Eu sou o Gustavo! Tudo bem.”

-“Você é novo por aqui? Nunca te vi pelas ruas de Cedro! Também não te vi na Oficina dos Sonhos... Você é de onde? Eu nasci aqui e todos os cachorros da rua me conhecem!” Estevão falava sorrindo.

-“Eu sou de Juazeiro do Norte, cheguei a pouco tempo com minha mãe, ela é daqui e meus avós também... Eu não pude vir... Mas, estou aqui, hoje e com muitas expectativas!”



## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Enquanto Gustavo conversava com Estevão, seu primeiro contato na EEEP. Próximo a eles havia duas meninas que observavam atentamente a conversa dos dois.

-“Ei, Natália! Olha ali! Olha com quem Estevão está conversando!” Falava animada Emilly.

-“Será que ele é novo por aqui? Nunca o vi pela cidade? Ele é gatinho!” Apontava Natália.

-“É sim! Mas, eu vi primeiro!” Ressaltou Emilly.

-“Pode ficar, oxe! Não estou a fim de namorar mesmo! Quero logo é terminar meus estudos e começar na faculdade de Medicina.” Frisou Natália.

-“kkkkkkkkkk!” Gargalhava Emilly! “Como você está agoniada! Kkkkk “Hoje é o primeiro dia de aula do 1º ano! Faltam três anos para você se formar! Kkkkkkk!!!”

Nat: -“Sim, mas passa rápido, oxe!”

Emy: -“Ei, vamos lá?”

Nat: -“Lá para onde?!”

Emy: -“Para perto do Estevão, para a gente conhecer o menino novato! Bora! Bora!”

Nat: -“Humn!... Olha, o Pedrão vai abrir o portão, vamos! Tenho que ficar na primeira fila para aprender tudo e não perder o foco!”

Emy: -“Calma, Natália! Olha o tanto de aluno que tem aqui fora e que ainda está chegando! Vamos esperar um pouco... Acho que aqui pode ter mapa de sala, a gente não escolhe os lugares.”

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Nat: -"Tudo bem, Emilly. Olha o Levi chegando! Ei, LEviiiiiii!!!! Leeeevvviiiiiiiiiiii!!!!" Gritava.

Levi: -"Calma, Natália!" Sorria enquanto se aproximava delas. "Bom dia, meninas, como vocês estão?"

Emy: -"Eu tô bem! Olha ali o Estevão com um menino novo, eles não param de conversar, eu queria ter ido lá, mas a Natália ficou com besteira..."

Nat: -"Emilly, deixe de coisa! Eu não tô querendo perder minha paciência agora cedo, não!"

Levi: -"Estava com saudades de vocês duas! kkkkkk Ele deve ser novo na cidade. Vamos esperar eles chegarem mais perto e a gente se apresenta."

Emy: -"Amei, amei! Curti mais que chocolate de panela!" heheheh

Aos poucos, os alunos iam entrando na escola ao som do bom dia carismático de Pedrão.

Est: "Eita, cara! Já abriram os portões! Vamos!"

Gust: "Vamos, senão ficaremos do lado de fora, logo no primeiro dia de aula e se isso acontecer, minha mãe vai me matar!"

Enquanto caminhavam em direção à entrada da EEEP foram abordados por Emilly.

Emy: -"Oi, Estevão! Quem é ele?"

Est: -"Ele é o Gustavo, veio de Juazeiro e vai fazer Enfermagem aqui!"

**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

Emy: -"Sério????? Mentira! Nós também! Que massa! Deixa eu te apresentar! Eu sou a Emilly, essa é a Natália, o Levi e o Estevão você já conhece! Kkkkkk Nós estudamos juntos todo o ensino fundamental e escolhemos fazer a Enfermagem aqui na EP! Que legal! Seja bem-vindo! Vai pessoal, fala também!"

Levi: -"Oxe, como nós vamos falar, se você não para nem para respirar! Kkkkk Seja bem-vindo, Gustavo!"

Gust: -"Obrigado, Pessoal! Que bom que nos conhecemos! Pensei que seria difícil me enturmar." Risada tímida.

Emy: -"Oxe! Como seria difícil? Você é tão lin-... cof cof! Olha só falta a gente entrar! Corre! Corre!"

Nat: -"Eita, Emilly, tu se passou agora, hein?!" Dizia Natália, enquanto todos corriam até o portão.

Est: -"Conseguimos!"

Gust: -"Ainda bem! Heheh! É... Oi... Eu sou o Gustavo, qual o seu nome mesmo?"

Nat: -"Oi, é Natália."

Gust: -"Lindo nome, dá certo, com você."

Nat: -"..."

Emy: -"Oxente!!!"

Levi: -"Fica quieta, Emilly!"

Est: -"Eita, acabou nosso sossego! Olha quem está chegando."

*VRUMM, VRUMMM, BIIIH BIIH BIIHH!*

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

-“Pedrão, ei, Pedrão!!! Abre aqui, macho!” Gritava Diogo, mais conhecido por Digão.

-“Bom dia, Diogo. Está bem, vou abrir o portão, mas os diretores já deram ordens para não abrir depois que o sino tocar. Amanhã, se você chegar tarde, não poderá entrar.” Informou Pedrão, conhecido pelos alunos por sua cordialidade e por cumprimentar a todos, sem exceção, pelo nome.

-“Tá de boa, Pedrão! Valeu!” Dizia Diogo adentrando a escola com sua moto.

-“E, aí, povo fêi! Feliz Ano novo pra você baleia, espinhenta, carrapeta doida e venta de tucano! Kkkkkkkkk Cada ano vocês pioram! Kkkkkkkkk” Gritava Digão.

Est: -“Digão, você me respeita e respeita meus amigos! Senão eu não falo por mim!...”

Digão: -“Olha a fumaça saindo do tucano!” kkkkkkk

Levi: -“Calma, Estevão. Não perde a cabeça com ele! Hoje é o primeiro dia de aula! Olha que o diretor aparece já.”

Emy: -“É, Estevão. Deixa essa coisa feia pra lá. Vamos para a sala.”

Nat: -“Que menino insuportável, não entendo como ele ainda não foi expulso daqui!”

Gust: -“Quem é ele?”

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Levi: -"Ele é o Diogo, mas conhecido por Digão. Ele é um ano mais velho que a gente, estudava lá na nossa escola, sempre se envolveu em problemas com os colegas..."

Emy: -"Ele quase foi expulso, mas a mãe dele foi até a escola, não sei o que aconteceu ao certo, mas ele conseguiu concluir lá e veio pra cá... Faz Enfermagem, acredita?!"

Nat: - "Vamos, Pessoal! Depois a gente conversa."

Est: -"Eu tenho que respirar até 100 mil pra não quebrar a cara dele! Hughf!!! Esbravejava Estevão."

O Diogo, digo, Digão gosta de implicar com os colegas, dando apelidos maldosos e depreciativos, sendo várias vezes, encaminhado à diretoria por esse comportamento. Você já teve algum colega de escola ou turma que tinha essa postura do Digão? Você recebeu algum apelido acerca da sua autoimagem? Como lidou com essa situação?




## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Edinaldo e Arnaldo, as coordenadoras pedagógicas Isis, Salete e Mabel, os Coordenadores de curso, os professores da base comum e da base técnica... Depois, houve uma apresentação de Solaris, que é funcionária da escola e cantora nas horas vagas, houve também uma peça teatral com um grupo de alunos e palestra com a psicóloga Juliane. Entre as apresentações, intervalo para o lanche e ao final, os alunos foram encaminhados para as salas de aula e posteriormente, para o refeitório, no horário do almoço.

Gust: -"Nossa! Que legal! Estou adorando a escola! Não sabia que era tão dinâmica! Apesar de cansativo, estou gostando!"

Emy: -"Eu também, Gustavo! Espera até conhecer nosso Coordenador de Curso, Eduardo! Dizem que ele é ótimo, engraçado, brincalhão! A aula, agora, é dele!"

Est: -"Eu já estou com sono! Seria bom uma redinha aqui para a gente dormir depois do almoço!"

Levi: - "kkkkkk! Você é engraçado demais, Estevão! Vai pedir ao diretor Edinaldo, as redes, vai! Soube que ele é bem rígido, tipo militar! Vai, Estevão! Kkkkkkkk Me disseram que ele trabalhava na escola de Granja aí conseguiu transferência para cá."

Emy: -"Me disseram que o outro diretor, o Arnaldo, é diferente do Edinaldo, mas também tem pulso firme... A gente tá é feito, viu?!"

(...)

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Nat: - "Eu também estou com um pouco de sono, mas tenho que estudar, não posso descansar!"

Emy: - "Mulher, a gente não teve nenhuma aula e tu já quer estudar?! Tu vai estudar, o quê, Natália?"

Nat: -"Ôoooo! Eu sei, Emilly! Porém, não tenho tempo a perder, tenho que me preparar para o Vestibular, Enem, Sisu..."

Emy: -"Credo! Tu vai é perder teu juízo! Tu ainda tá no 1º ano, no 1º dia de aula! Alôoooo!!!"

Nat: -"Aff! Você não entende nada mesmo!..."

Gust: -"Você é bem focada, né, Natália?"

Nat: -"Tenho que ser, Gustavo. O tempo passa muito rápido e eu não posso perder meu tempo, quero ser a primeira da classe, quero passar de primeira no vestibular, quero tirar a nota máxima na redação do Enem, quero entrar em Medicina, quero dar orgulho aos meus pais, quero..."

Gust: -"Nossa! Quanta coisa!... heheheheh

Nat: -"O que é? Vai me reprimir, também?"

Gust: -"Não, não... Claro que não. São ótimos planos, mas eu concordo um pouco com a Emilly, você precisa ir com calma, se não, você pode ficar mal... É muita coisa..."

Emy: "Viu!" Afirmou Emilly sorrindo e encarando Natália.

Nat: -"Hômi, tchau! Ninguém me entende mesmo, é por isso que é melhor ficar calada! Vou ficar aqui com meu



livro: 'Como passar em Medicina de 1ª' que é melhor!" Sai Nat, indo para o Centro de Multimeios, ler seu livro.

Gust: -"Eita, acho que vacilei...!"

Est: -"Não liga pra ela, Gustavo. Ela tem essa neura de passar em Medicina, desde o 3º ano do fundamental! Os pais dela desde o início dizem para ela fazer Medicina, eu nem sei se é isso que ela realmente quer ou se ela quer fazer pela vontade dos pais. É bem complicado isso, mas deixa pra lá, vamos aproveitar nossa folga, agora! Fiquei sabendo que o professor de Educação Física, o James, disponibiliza alguns jogos para os alunos no horário do almoço. Vamos vê com ele quais opções nós temos!"

Gust: -"Sim, vamos!"

Levi: -"Ei, eu vou também! Espero que aqui tenha xadrez!"

Gust: -"Que legal, Levi! Você sabe jogar xadrez?! Eu sempre quis aprender!"

Levi: -"Sim, desde os meus oito anos! Hehehe! Meu tio que me ensinou. Se você quiser, eu te ensino."

Gust: -"Sim, eu quero! Maravilha!"

Est: -"Eu quero é jogar handball!"

Levi: -"Ei, Emilly. Você vem?"

Emy: -"Hã?! Ah! Não. Vou ficar aqui conversando com alguns colegas da sala."

Levi: -"Tá bom, tchau!"

Gust: -"Tchau, Emilly."

**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

Emy: -"Tchau, Gustavooo." Acenava sorrindo para Gustavo.

Est: -" Ela tá amarradona em você, hein?!"

Gust: -" Será?!"

Est: -"Você é cego, é, Gustavo?! Desde a hora que a gente conversava na entrada da escola, ela não parava de te secar."

Gust: -"Oxe..."

Levi: -"É que os olhos dele são para a Natália."  
Hehehe!

Est: -"A Natália é complicada, meu amigo, eu já te falei. Mas, você quem sabe."

Gust: -"... Vamos procurar o professor!"

Levi: -"Vamos!"

Est: -"Vamos!"

Gust: -"Ei, o que é aquilo?!"

Est: -"Aonde?"

Levi: -"Vamos vê, o que é!"

Próximo à entrada da escola, embaixo de uma árvore de Jacarandá, vários alunos e alguns professores convidavam os adolescentes para participarem dos projetos que foram apresentados no início do dia na quadra: Grupo de Teatro da EPFAM com o Prof. Benício (professor de filosofia); Campeonato de Sudoku e Cálculo com Ábaco com as Profa. Vicky e Lana (professoras de matemática); Soletrando com os Profs. Viviane e Henri (professores de português); Oficina

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

de Poesia com a Profa. Paola (professora de espanhol); Grupo de Dança com o Prof. Bryan e a Profa. Malu (professor de português e professora de biologia); Químicallândia com a Profa. Sheila (Professora de química); Oficina de iComputer com os Profs. Sam e Pierre (professor de matemática e professor de informática); Biblideira com os Profs. Iuná e Alves; Oficina de Educação Financeira com a Karen (secretária financeira da escola); E, outros...

Gust: -"Uau! Quanta coisa para a gente participar! Nem acredito! Mas, será que a gente vai dar conta?"

Est: -" Eis a questão... kkkkk!"

Levi: -"Você pode participar de um ou mais de um, você escolhe o que mais se identifica. E, olha, ainda temos os projetos da Enfermagem que o Coordenador de Curso, o Professor Eduardo, vai falar na sala."

Est: -"Pois, vamos, atrás dos nossos jogos! Ainda temos alguns minutos antes das aulas da tarde."

Os meninos seguiram até a sala dos professores, pediram os jogos, ficando entretidos até o sinal sonoro avisá-los que deveriam retornar à sala de aula.

TRUUMMMM! TTTRRRUUUUMMMM!

Est: -"Já?! Oxe!"

Levi: -"Acabou nosso tempo, vamos para a sala!"

Gust: -"Foi pouco tempo, mas amanhã, vamos chegar mais cedo."

Levi: -"Vou logo ao banheiro."

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Est: Eita, ainda vou escovar os dentes! Esqueci..."

Gust: Eu vou beber água, a gente se encontra na sala, então."

Um breve tempo se passou e o Prof. Eduardo já estava em sala de aula, ele aguardou alguns minutos os alunos que não haviam chegado e começou:

Edu: -"Boa tarde, Pessoal! Sejam todos bem-vindos! Eu me chamo Eduardo e sou o Coordenador do Curso de Enfermagem. Fico muito feliz que tenham escolhido a Enfermagem e nesses três anos estudaremos muito a teoria e aperfeiçoaremos a prática para fazermos a diferença no Cedro, Ceará, Nordeste, Brasil, quiçá no Mundo! Não adianta ter apenas um rostinho bonito é preciso ter conteúdo, muito conhecimento... Então vamos fazer História!"

-“E, quem não tem rostinho bonito, como fica, professor?” Ergueu a voz, Beto no fundo da sala.

Todos começaram a rir. Até que a Coordenadora Salete interrompeu a aula para chamar o Professor Eduardo, pois uma aluna passava mal na secretaria.

Edu: -"Pessoal, vou me ausentar um momento, mas passarei um filme da década de 80 que aborda a vida de Florence Nigthingale, a mãe da Enfermagem, quando eu retornar, continuaremos nossa conversa e nossa aula."

Levi: -"Quem será que passou mal? Será que foi dessa sala?"

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Emy: -"Eu não sei... Falou Emilly, chegando mais próximo de Levi e de Gustavo. Peraí, cadê a Natália? Ai meu Deus do Céu! Será que foi ela? Aquela neura de estudar e estudar vai deixar ela doente do juízo!"

Levi: -"Espero que não seja. Talvez, ela tenha ficado tão focada em algo que perdeu a noção do tempo."

Est: -"É pessoal, relaxa! Daqui a pouco ela aparece aí, toda encabulada. Heheheh! Vamos assistir esse filme que parece interessante. Olha a roupa desse povo! Não acredito que eles se vestiam assim no dia a dia, todo mundo arrumado para ficar em casa! Como é que pode?"

Emy: -"E, a casa dessa mulher? Como ela faz pra arrumar? Lá em casa é bem pequenininho e eu me estresso tanto quando minha mãe me pede para ajeitar a casa, imagina se eu morasse nessa casa! Acordava seis da manhã para começar a limpar e terminava dez da noite, na hora de dormir. Credo! Ela só pode ser rica! Assim é bom demais! Eu ficaria o dia todo assistindo séries, filmes e revezava nas redes sociais!"

Levi: -"Shhhiiiiii! Vamos assistir ao filme, depois a gente conversa."

Enquanto isso, na secretaria...

Sal: -"Essa aqui é Natália, do 1ºENF, ela estava no Centro de Multimeios lendo um livro, quando começou a passar mal. Iuná a trouxe para cá, Solaris ofereceu um chá de camomila da EPFArM (Projeto desenvolvida pela Enfermagem

- Farmácia Viva da EP e uso de Chás Medicinais) e ela está melhorando, porém, ainda está pálida e chorosa.”

Edu: -“Certo, Salete. Obrigado. Agora vou conversar com ela. Oi, Natália. Eu me chamo Eduardo e sou o Coordenador de Curso da Enfermagem, o que você está sentindo?”

Nat: -“Vo- Vo- Você é o chefe da Enfermagem? Vai brigar comigo? Vai dizer para os meus pais? Eu vou ficar de castigo! Vou ser expulsa da escola!... Não vou me formar! Nem fazer Medicina! Vou ser uma decepção para a minha família! Não, por favor, não!!! Me desculpa! Por favor!”  
Falava desesperada e aos prantos.

Edu: -“Calma, Natália...”

Nat: -“Por que todo mundo manda eu ter calma? Ahhhhhh!!! Interrompendo a fala do Professor. Eu não aguento mais! Aahhhhhh!!!” Gritava.

Edu: “-Me desculpe, Natália. Vamos começar de novo. O que aconteceu?”

Nat: “-Eu tenho que estudar, eu preciso estudar! Eu vou fazer Medicina. Mas, eu não consegui (choro) ler o livro, não consegui. Só li dez páginas e não consegui me concentrar mais, não consegui! Chorava desesperada.

Salete: “-Eduardo, quer eu ligue para os pais dela?”

Nat: “-Não, por favor, não! Implorava a menina.

É, Natália, está muito preocupada com seu futuro, o abalo



## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Eduardo fez um sinal que não era necessário e continuou a conversar com Natália. A conversa se estendeu por alguns minutos, a jovem mais calma, agradeceu o apoio do professor e seguiu para a sala de aula com o mesmo.

Natália deu duas batidas na porta antes de abri-la e entrar, acompanhada pelo professor Eduardo.

Emy: -"Ai meu Deus do Céu! Foi Natália que passou mal!"

Est: -"Parece que foi pesado, ela está com os olhos vermelhos, deve ter chorado..."

Levi: -"Natália, vem pra cá! Fica perto da gente."

Nat: -"Oi pessoal..."

Emy: -"O que aconteceu?!"

Nat: -"Eu tive uma crise de choro, fiquei desesperada... Que vergonha... Todo mundo ficou olhando pra mim quando entrei..."

Emy: -"Oxe! Claro! O Professor estava dando aula e interrompeu para ajudar uma aluna que estava passando mal..."

Gust: -"Não se preocupe, Natália. Agora, tudo ficará bem. Você está com seus amigos e nós vamos te ajudar."

Levi: -"É, Natália. Nós somos o grupo AMEVERs (Amigos Forever Ever Ever) vamos te ajudar."

Est: -"Sim, AMEVERs com um novo integrante. Se você quiser participar, claro... Quer Gustavo?"



## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Gust: -"Sim, quero sim. Fiquei muito feliz em conhecer vocês no meu primeiro dia de aula. Está sendo muito bom!"

Nat: -"Obrigada, Pessoal. É... O que o professor passou? Alguma atividade? Já teremos prova na próxima aula?"

Est.: -"Pronto, já está voltando ao normal..." Disse baixinho para Gustavo.

Emy: -"Ele só passou um filme de uma tal de Flor, uma enfermeira rica que morava em um castelo...."

Levi: -"kkkkkkk! Você é uma figura Emilly!"

O sino toca, Professor Eduardo se despede e um novo professor entra. A turma olha-o abismada.

Est: -"Nossa! Que irado, cara!"

Levi: -"Oxe, o que está acontecendo? É o nosso professor?"

Gust: -"Que escola massa!"

Nat: -"Não estou entendendo nada!"

Dylan: -"Olá, Pessoal! Eu me chamo Dylan e sou o Professor de História de vocês. Eu morava e trabalhava no norte do Ceará, próximo à Camocim, mas fui transferido para cá há poucos meses. O professor Adriel, que era o professor de História aqui da EP, pediu afastamento para se dedicar à vida política e eu fui chamado para assumir essa vaga. Então vamos lá, para nossa aula!"

Emy: - "É... Ei, Professor... por que o senhor está vestido assim? De capitão América?..."

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Est: -"Vamos assistir todos os filmes dos vingadores?!  
ÊEEhhhh!!! Foi boa!"

Dylan: -"Não, meu caro aluno! heheheh! E, a roupa!  
Kkkkk! É para nossa aula! Nós vamos falar sobre a segunda guerra mundial. Vocês sabiam que o Capitão América surgiu nessa época? E, que ele fez parte de um movimento patriota?"

Est: "Que massa, pessoal! Nunca pensei que História pudesse ser divertida! Nada de decoreba de datas! Muito massa!"

Gust: -"Eu também, Estevão! Além de tantas atividades diferentes, nós vamos aprender muito e brincando! Hahahah!"

Levi: -"Eu sempre gostei de história! Acredito que assim ficará mais fácil de aprender, além da gente se divertir bastante!"

Nat: -"Eu espero que essa forma de ensino, nos ajude a aprender bastante para tirarmos uma boa nota no Enem."

Emy: -"Ai, Natália! Nã! Se diverte, mulher! Deixa de neura! Hoje é o primeiro dia de aula!"

(...)

Dylan: -"SHiiiiiihh! Pessoal, vamos prestar atenção aqui! Essa será minha metodologia de ensino e teremos também ao final do ano, a MostraCiv - Mostra de História em que serão sorteados épocas/temas da nossa história mundial e vocês darão vida aos personagens, será como um museu/um túnel do tempo ao vivo na qual cada turma ficará com um

**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

tema, receberemos as outras turmas, os professores e a comunidade e mostraremos a história! Será maravilhoso!”

Emy: -“Uau! Minha veia artística está pulsando e em festa!”

Nat: -“Eu gostei também, mas espero que a gente não saia do foco que são os estudos. Tenho que tirar uma boa nota no Enem...”

Emy: -“Aff...”

Gust: -“Deve ser legal essa tal de Mostraciv...!”

Est: -“Já que ele vai falar do capitão américa, seria bom a gente assistir a todos os filmes dos vingadores! Heheheh! A gente aprenderia tudo bem mais rápido!”

TRUUMMMM! TTTRRRUUUUMMMMM!

Levi: -“Esse primeiro dia de aula passou voando!”

Emy: -“Foi mesmo, eu nem me cansei tanto!”

Est: -“Eu só queria umas redes para a gente se deitar depois do almoço e tirar uma sonequinha...”

Emy: -“Uma sonequinha da beleza?! Kkkkk”

Nat: -“O intervalo deveria ser apenas cinco minutos para a gente se dedicar mais aos estudos...”

Emy: -“O quêeee??? Perdeu o juízo, Natália? São nove aulas por dia, mulher! A gente tem que descansar e os professores também!”

Nat: “Ai, ai... Desse jeito você não vai passar em nenhuma Faculdade!...”

Emy: -“Hômi, Natália!”

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Gust: -"Meninas, vamos para casa, descansar, o dia foi bom, mas também cansativo, ao menos para mim."

Levi: -"É, meninas. Ei, temos que adicionar o Gustavo no nosso grupo do *mensapp* AMEVERs (Amigos Forever Ever Ever)!"

Est: -"Sim! Vamos pegar os nossos celulares na secretaria e já o adicionamos!"

Emy: -"Vamos! Vamos! Os diretores e os coordenadores já estão entregando!"

A secretaria ficava próximo à entrada da escola, os Diretores Edinaldo e Arnaldo estavam presentes e observavam a entrega: Caio (professor de matemática) entregava os celulares do 1º Enfermagem; Diana (professora de Física) 1º Informática; Gael (professor de Inglês) 1º Administração; Tadeu (professor de Geografia) 2º Enfermagem; Vilar (Professor de Administração) 2º Administração; Rina (Secretária Escolar) 2º Informática; Alef (Coordenador de Curso) 3º Informática; Heitor (Coordenador de Curso) 3º Administração; Carmem, Lélia, Laeny, Limara e Patrícia (Professoras Orientadoras de Estágio) 3º Enfermagem.

Na portão, estava o César que revezava com Pedrão. Além dos outros funcionários da escola: Ademar, Inês e Lúcia que observavam os alunos radiantes indo para casa após o primeiro dia de aula na EPFAM.

Est: -"Tchau, pessoal! Mais tarde a gente marca no grupo um encontro no marco zero ou na praça."

Nat: -"Eu não posso, tenho que estudar."

Emy: -"Eba! Eu vou! Eu vou! Depois a gente toma um milk-shake de chocolate!"

Levi: -"Eu posso ir, mas não vou tomar milk-shake, estou de dieta..."

Emy: -"De dieta, Levi?! E, começou quando? Valha! Você nunca foi disso!"

Levi: -"É que aconteceram algumas coisas nessas férias... Depois a gente conversa..."

Gust: "Verei com minha mãe, mas acho que não haverá problema, eu só tenho que voltar cedo."

Est: -"Está bem. Vamos combinar mais tarde!"

Estevão, Levi, Emilly e Natália caminharam juntos conversando por algumas ruas, até que se separaram e cada um seguiu o caminho para casa.

...

Helena aguardava ansiosamente Gustavo, já com o celular na mão para registrar a chegada do filho após o primeiro dia de aula na EP.

Hele: -"Meu filho, meu filho! Vem mãe, Vem pai! Ele já está chegando! Deixa eu ajeitar logo esse celular! Esse vídeo vai para o stories! Ô alegria! Que orgulho! Vem mãe! Vem pai!!"

Gust: -"Oxente, mãe, o que é isso?"

Hele: -"Ora, Gustavo estou registrando sua chegada, depois de um dia na escola profissional. Quando você

estiver mais velho, vai adorar assistir esses vídeos que faço, são lembranças, momentos que fazem a vida ter um sentido, um significado e para a gente se emocionar e agradecer.”

Omél: -“Ô, meu filho! Que alegria! Como foi seu primeiro dia? Quero saber tudo!”

Ant: -“Oi Gustavinho! Sua avó fez canjica! Vá tomar banho, se trocar e venha para cá conversar.”

Gust: -“Tá bom, eu volto já. Sim, É... Mãe, eu fiz alguns amigos hoje na escola e eles me chamaram para ir na rua agora de noite, para conversar e tomar milk-shake, a senhora deixa eu ir?”

Hele: -“Que bom, Gustavo! Já fez amigos no primeiro dia! Quais os nomes deles?”

Gust: -“Estevão, Natália, Levi e Emilly.”

Hele: -“E, eles são filhos de quem? Moram aonde? Qual o nome completo deles? Vou procurar aqui nas redes sociais.”

Gust: -“Oxe, mãe, para com isso, nã! Eles são gente boa!”

Hele: -“Mãe, conhece alguém que tenha os filhos com esses nomes?”

Omél: -“Não tô lembrada, minha filha. Antônio, você conhece?”

Ant: -“Também, não.”

Hele: -"Pois, pronto. Você vai perguntar amanhã, o nome dos pais deles e nos próximos convites, nós veremos..."

Gustavo não gostou, mas assentiu com cabeça seguindo para o quarto. Ao olhar o celular, observou várias mensagens no grupo AMEVERs, algumas delas com reclamações de Natália que queria assistir alguns vídeos no *focatube* para estudar, mas não conseguia se concentrar devido às inúmeras notificações de mensagens que chegavam ao celular; Emilly disse que a mãe não a deixou sair que tinha que ajudar a cuidar do irmão pequeno, pois os pais iriam visitar um parente doente; Levi estava com náuseas depois de ter ingerido um medicamento para emagrecer; Os pais de Estevão não o deixaram sair, deram um sermão de que ele já estava no ensino médio e tinha que se dedicar mais aos estudos, de segunda à sexta ficaria em casa, estudando e somente no fim de semana que poderia sair com os amigos.

Gustavo leu todas as mensagens e aliviado, por não ser o único que não poderia sair, respondeu que não teve a autorização da mãe e apesar de envergonhado, disse que ela só permitiria que ele encontrasse os amigos, se soubesse o nome dos pais de cada um. Após a visualização dos AMEVERs e de um breve silêncio, Estevão enviou um emotion sorrindo, e os demais seguiram o mesmo padrão.

-"Fica tranquilo, Gustavo. É assim mesmo, as nossas mães são superprotetoras. Olha, diga à ela que sou filho de

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Chico que é agricultor e Edirce que é Técnica em Enfermagem.” Respondeu Estevão.

Levi: “-Eu de Liduina de Maria e Tarcísio que trabalham na prefeitura, minha mãe é professora e meu pai é auxiliar administrativo.”

Emy: “O nome da minha mãe é Lindalva e do meu pai é Sr. Manin, ele é moto taxi e minha mãe dona de casa.”

Nat: “Minha mãe se chama Neide, ela trabalha como Coordenadora na Escola Futuro Certo e meu pai Rubens é comerciante tem uma loja de roupa masculina.

Gust: “-Obrigado, Pessoal. Vou falar também dos meus pais. Hehehe! Sou filho de Augusto que trabalha na prefeitura de Juazeiro do Norte e Helena de Omélia e Antônio, meus avós são agricultores e minha mãe faz/fazia Faculdade de Enfermagem na UniLions, ela está tentando a transferência para a UniVals, ela ainda ajuda meus avós na roça e é manicure.

Est: “-Pronto, meu amigo. Tudo tranquilo! Não fique com neura. Heheheh! Pode falar para sua mãe, sobre nós e se ela pedir foto dos nossos pais, a gente também manda! Kkkkk”

Você já passou por alguma situação “constrangedora” como essa, durante sua adolescência? Como lidou com ela?





**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

Nat: -"Menos, Estevão."

Emy: -"Eu acho que tenho uma salva aqui bem bonitinha, do nosso último almoço de domingo que veio a família toda, meus tios, meus primos... Até o Bolinha, meu cachorrinho pé duro, aparece na foto..."

Levi: -"Kkkkkkk! Emilly, você não existe! Kkkkkk!"

Emilly envia um emotion de raiva para Levi.

Nat: -"Pessoal, estou tentando me concentrar aqui. Se as mensagens não pararem vou sair do grupo."

Emy: -"Você pode silenciar o grupo, sua chata!"

Nat: -"Chata é você!"

Emy: -"É você...Huggff!"

Est: -"Meninas, vamos fazer o seguinte, vamos deixar o celular de lado e descansar um pouco. Depois da janta, a gente chama aqui, quem quiser conversar, faz uma chamada de vídeo, beleza?"

Levi: -"Por mim, tá ok!"

Gust: -"Por mim também!"

Est: -"Emilly? Natália?"

Emy: -"É!"

Nat: -"Vou passar a noite estudando, vou silenciar as mensagens."

Est: -"Tudo bem, Natália. Então, vamos lá. Depois a gente volta."

Gustavo deixou o celular em cima da cama sob os cuidados de Pé de Pano, pegou a toalha e foi tomar banho,

se arrumou, jantou com a família e ao adentrar o quarto teve uma surpresa, havia uma garota sentada na sua cama, lendo o livro que Pérola o havia presenteado.

Gust: -"Ei, quem é você? Como entrou no meu quarto? Por que está mexendo nas minhas coisas? Você é uma ladra? Vou chamar minha mãe!"

-"Nossa! Quantas perguntas! Calma, Gustavo, eu sou uma amiga."

Gust: -"Como assim, uma amiga? Uma amiga que eu nunca vi e que invade meu quarto? Oxe! Vou chamar minha mãe!"

-"Pode chamar, você terá uma surpresa!"

Gust: -"Mãe! Ô, mãe! Mãe, vem cá!"

Hele: -"Oi Gustavo, o que foi?"

Gust: -"Olha, mãe! Tá vendo?"

Hele: -"Tô vendo o quê?"

Gust: -"Ela em cima da cama!"

Hele: -"Ah! Sim! Eu falei várias vezes para não deixar a toalha molhada em cima da cama! Você me chamou para vê a cama molhada?"

Gust: -"Não, mãe! É ela!"

Hele: -"Ela quem?"

Gust: -"Essa menina mexendo nas minhas coisas!"

Hele: -"Menina? Que menina? Só estamos você, eu e Pé de Pano aqui. Sim... Há também essa toalha molhada que vou estender ali no muro. Vá dormir, você deve estar cansado e

não deixe mais a toalha em cima da cama, senão ficará de castigo!”

Gust: -“Tudo bem, mãe.” Disse Gustavo, olhando atentamente para a menina e fechando a porta do seu quarto. Enquanto Pé de Pano seguia com Helena.

Gust: -“Quem é você? Como você fez para minha mãe não te ver?”

-“De novo... Quantas perguntas... Vamos por partes, te disse que sou uma amiga e sou sua amiga, a não ser que não queira minha amizade, mas mesmo assim ficarei te ‘espionando’ kkkkkk! Eu me chamo Brysa e sou sua amiga invisível, sua intuição materializada, a espiã em você... Enfim, como queira me chamar.”

Gust: -“Oxe, uma amiga invisível?!... Por isso que minha mãe não te viu.”

Brysa: -“Isso mesmo, apenas você pode me ver e me ouvir.”

Gust: -“Será que é uma doença? Uma doença mental? Ai meu Deus do Céu, eu tão novo!”

Brysa: -“Calma, irmão. Você não está doido, nem doente. Eu estou aqui para te ajudar a passar por essa fase da adolescência.”

Gust: -“Eu não preciso de ajuda, eu tô bem e tenho meus amigos e por que uma amiga invisível e não um amigo invisível?”

**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

Brysa: -" 'Marrapaz!' Que preconceito é esse? Só porque sou mulher, não poderei te ajudar? Estamos em outros tempos, ora... E, viva o Empoderamento Feminino!"

Gust: -"Humn... Me desculpe, então. É que nos filmes que assisti sobre esse lance de amigo invisível só via do mesmo gênero."

Brysa: -"Desculpas aceitas e se oriente com suas palavras e pensamentos para não ser igual ao seu pai Augusto."

Gust: -"Como você sabe do meu pai?"

Brysa: -"Ah! Uma longa história... Mas, posso resumir, eu sempre estive contigo e hoje estou aqui para termos uma conexão maior."

Gust: -"Oxe! Vai-te! Você é uma alma penada?"

Brysa: -"E, eu lá tenho cara de alma penada, Gustavo?"

Gust: -"Sei lá! Heheheh! Nunca vi uma mesmo!... Até agora! Kkkkkkk"

Brysa: -"Engraçadinho!"

Gust: -"Sim, então por que você estava mexendo no caderninho que Pérola me deu?"

Brysa: -"Eu gostei do que li, você escreve muito bem. Você fez um desabafo bem detalhado! Isso é importante para compreendermos nossas emoções e desenvolvermos um relacionamento intrapessoal sadio."

Gust: -"Intra... o quê?"

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Brysa: -"Intrapessoal. É a comunicação consigo mesmo. Se você se critica demais, se pune por alguns erros cometidos, fica remoendo momentos que teve experiências ruins, se não tem o costume de se parabenizar, de se alegrar com suas conquistas... Você se torna seu inimigo e não seu amigo."

Gust: -"Ah! Entendi. É por isso que algumas pessoas não veem o lado positivo das coisas, não sorriem frequentemente, não sabem se relacionar com os outros, né?"

Brysa: -"Isso. É preciso ter cuidado com a autocrítica e desenvolver o amor próprio. Você deve se amar primeiro, antes de amar o outro."

Brysa fala do relacionamento intrapessoal, como você se relaciona consigo mesmo. E, você? Como você se trata? Você se critica demais? Se elogia demais ou de menos?




## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Gust: -"Eu não tenho esse problema. Eu gosto de mim. Só que de um tempo pra cá, estou meio estranho..."

Brysa: -"Como assim estranho?"

Gust: -"É difícil falar isso para uma menina, eu não consigo falar nem para meu vô Antônio..."

Brysa: -"Você esqueceu que sou sua amiga? Sua mais nova amiga? Pode falar, prometo não rir."

Gust: -"É que meu corpo tem mudado, surgiram pelos por todo o meu corpo, estou começando a ter um bigodinho... minha voz está ficando estranha, e lá embaixo também está mudando..."

Brysa: -"Você está na adolescência, seu corpo está começando a mudar, é uma fase de transição, pois você está deixando de ser criança para se tornar um adulto. A adolescência fica no meio desse caminho."

Gust: -"Mas, isso só acontece comigo? Ou com outros meninos também?"

Brysa: -"Essas mudanças acontecem e acontecerão com todos, não apenas as físicas, mas as psicológicas, as sociais... Você está em um processo de busca por uma identidade e é preciso ter cuidado com as escolhas que serão feitas nesse período, pois haverá consequências boas ou não tão boas... Exemplos: Talvez, te ofereçam bebidas alcoólicas, drogas, anabolizantes... Você pode aceitá-los ou não, dependendo de suas escolhas, toda sua vida será afetada. A adolescência é marcada por impulsos, emoções à





**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

Gust: -"É, parece um negócio complicado... Eita! Meu celular tá vibrando, deve ser a galera."

Brysa desaparece e Gustavo se volta para seu celular.

Gust: -"O que é isso? Eu não acredito! Uma mensagem de Estevão e dois *prints* do *status* de Digão!"

Est: -"Gustavo, olha o que Digão fez! Ele *'printou'* o *status* da tua mãe e está compartilhando em todas as redes sociais: *'Menininho da Mamãe! Só falta levar o gagau pra escola! Não esquece a mamadeira, Gustavo!'*"

-"Que droga! Não acredito nisso! Amanhã serei a zoação da escola!" Repetia Gustavo com raiva.

*TRIIIMMM TRIIIMMMM* O celular tocava.

Gust: -"Oi, Estevão. Sim, sim eu vi! Amanhã ele me paga!"

Est: -"Eu soube que o Beto tá ajudando na divulgação."

Gust: -"Quem é Beto?"

Est: -"Aquele da nossa sala! Ele quer entrar no grupo de Digão... Aí, está ajudando no *bullying*."

Gust: -"No meu caso *cyberbullying*..."

Est: -"É chato, irmão. O Digão fica implicando com todo mundo... Mas, não se preocupa, amanhã antes da aula a gente resolve isso."

Gust: -"Vou tentar ficar de boa, mas vai ser difícil."

Est: -"Fala com tua mãe também para ela não ficar postando as coisas nas redes sociais, só dá B.O.!"

Gust: -"Vou falar com ela, amanhã. Tchau, Estevão."

Est: -"Tchau, Gustavo."

Nossa, o Digão pegou pesado com o Gustavo! Esse negócio de *bullying* é sério! E, o *cyberbullying* não fica atrás. Você já viveu ou testemunhou alguma situação semelhante? O que poderia ser feito para combater o *bullying* na sua escola?




Gustavo colocou o celular para carregar e deixou no modo avião afastado de sua cama, tentando se acalmar para poder dormir em paz. Quando se deitou na cama, ouviu um choro do lado de fora do quarto, era Pé de Pano com um paninho no focinho, pedindo licença para entrar e dormir debaixo da cama. Gustavo deu um sorriso, afagou seu pet, e o acomodou para dormirem próximos.

Antes de dormir, Gustavo segurou seu caderninho, tentou escrever como estava sentindo, mas não conseguiu, ainda estava com raiva de Digão. Imaginava a cena que chegava à escola e o nocauteava, sendo aplaudido por Estevão, Levi, Emilly na torcida e abraçado por Natália. Enquanto dava asas à imaginação, pegou no sono.

Já era dia e Helena abria suavemente a porta para acordar Gustavo. Ao abrí-la, viu Pé de Pano deitado em cima da cama e Gustavo abraçando seu amigo de quatro patas.

Hele: -"Mas, o que é isso? Eu não acredito nisso, não! Vai sujar todos os panos que lavei anteontem."

Gust: -"Aaaaaaa! Bocejava Gustavo. O que foi, mãe?"

**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

Hele: -"Ora, o que foi! Pé de Pano deitado em cima da cama! Sai Pé de Pano! Sai! sai! Pega o beco!"

Gust: -"Deixa o bichinho, mãe."

Hele: -"Cuida em se arrumar para ir pra escola e não chegar atrasado."

Gust: -"Mãe... Sabe as fotos e os vídeos que a senhora postou na *internet*?"

Hele: -"Quais vídeos? Da receita da canjica de ontem?"

Gust: -"Não, mãe. Os que a senhora fez de mim indo para a escola..."

Hele: -"Sim. Falou radiante Helena. Fez o maior sucesso! Minhas amigas mandando parabéns! Na última vez que vi, eu tinha cento e oitenta e nove visualizações e mais de cem curtidas! Acho que vou ser *influencer* digital e fazer o dia a dia do meu filho na EP! Eita! Essa ideia pode ser boa!..."

Gust: -"Não, mãe. Se quiser, pode fazer para a senhora, mas não me coloque no meio não."

Hele: -"Oxe, Gustavo. Por que? Eu não disse que fez sucesso? Você também vai ficar famoso na escola."

Gust: -"Eu não quero isso, mãe. Ontem, uns meninos da escola fizeram uns *prints* da sua postagem e ficaram tirando onda de mim na *internet*."

Hele: -"O quê?!!!! Exclamou Helena alterando o tom de voz. Me diga quem foi! Vou com você para a escola resolver isso. Vou me arrumar, espera aí."

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Gust: -"Não, Mãe. Se a senhora for, eu vou sair da escola, não volto mais pra lá. Que vergonha."

Hele: -"Vergonha de mim, Gustavo? Exclamou com raiva."

Gust: -"Não. Vergonha de não poder resolver minhas coisas, meus problemas e precisar da mãe para fazer algo. Eu vou resolver isso, mãe. Não precisa ir para a escola."

Hele: -"Pois, eu vou ligar para um dos diretores."

Gust: -"Também não precisa, eu vou falar com o Coordenador do Curso, o Prof. Eduardo e vai ser resolvido hoje."

Hele: -"Eu não concordo com isso. Você tem mãe, esses meninos têm que saber que você não é só no mundo e tem quem te defenda."

Gust: -"Mas, eu sei me defender também, mãe."

Hele: -"Tudo bem, se você quer assim, eu respeito. Mas, se o problema com esses alunos persistir, eu vou lá, levo a polícia e a rádio jamacuru!"

Gust: -"Tudo bem, mãe, tudo bem."

Hele: -"Pois, vá se arrumar, senão vai chegar atrasado na escola." Helena concluía sua fala saindo do quarto.

Gustavo, pacientemente, levantou a cabeça e seguiu sua rotina matinal antes de pegar sua bicicleta e ir para a EP.

Brysa: -"Que situação, hein, Gustavo?"

Gust: -"Aonde você estava? Eu queria conversar com você ontem e não te achava, tentei escrever no caderno e

não consegui... Que amiga é essa que quando mais a gente precisa, desaparece..."

Brysa: -"Calma, Gustavo. Eu estava lá. Você só não conseguia me enxergar. Você precisava de um tempo sozinho, então, eu fiquei quieta, era preciso que você percebesse suas emoções e conseguisse compreendê-las e controlá-las..."

Gust: -"Humn... ok! Vou para a escola agora. Até mais."

Brysa: -"Está bem. Até mais."

Chegando à EP, Gustavo avista Estevão, Levi, Natália e Emilly.

Emy: -"Oi, Gustavo. Eu soube o que aconteceu... Sinto muito... O Digão é um babaca!"

Levi: -"Ele sempre aperreia as pessoas, não sei qual a graça nisso..."

Nat: -"Ele já falou do meu cabelo na antiga escola, ficava de *bullying* comigo, então pedi para minha mãe para alisar o cabelo... Eu não aguentava mais... Eu até que gostei do meu novo visual... Mas, depois que alisei o cabelo, minha mãe queria que eu fizesse mechas, ajeitasse a sobrancelha, mudasse minhas roupas... Deixasse de ser quem sou para me enquadrar a um padrão de beleza que a sociedade impõe..."

Emy: -"Ele me aperreia por causa das espinhas... tenho uma vontade de sumir, de ficar escondida... até hormônio já

tomei escondido da minha mãe para diminuir essas espinhas... A sociedade exige um rosto limpinho, belo... o meu é feio, cheio de manchas de espinhas... Acho difícil me ver bonita..."

Levi: -"É... A Emilly sofre muito por causas das espinhas. Na verdade, todos nós sofremos por causa desse *bullying*. Nas férias viajei para o sítio dos meus avós e encontrei com Digão no açude Ubaldinho, ele começou a me chamar de baleia na frente de todo mundo, fiquei muito mal... Não consegui revidar, saí de lá correndo e fui para casa. Passei o restante das férias dentro da casa dos meus avós... Então, comecei a fazer um jejum intermitente que vi na *internet*, eu consegui ficar três dias sem comer nada, no quarto dia, eu comia muita besteira, me arrependia e tentava o jejum de novo... Não deu certo, passava mal em casa, minha vó ficou preocupada queria me levar ao médico, mas eu dizia que era estresse... Depois que retornei para casa, parei o jejum e comecei uma dieta, também estou tomando uns remédios para emagrecer... Eu sei que a gente precisa ir ao médico, mas não quero falar para ninguém o que estou passando... A vida é difícil para quem é gordo, a gente sofre muito preconceito... As pessoas não te perguntam o que aconteceu para você engordar, se você está se sentindo bem ou não do jeito que está... Elas só ficam julgando..."



Nat: -"Eu também passei por algo parecido nas férias... Viajei para a casa dos meus primos em Iguatu e lá eles possuem uma rotina de estudo muito intensa, até nas férias! Eu me senti mal, fiquei me cobrando bastante, pois não estava estudando e sim passeando, queria retornar para casa para poder estudar, mas meus pais, não. Então, acho que fiquei com ansiedade, não sei... E, fica só entre nós, não contem para ninguém senão eu digo que é mentira..."

Levi: -"Você está entre amigos, Natália. O que nós dissermos ficará entre nós. AMEVERS Ever Ever." Todos repetiram como um grito de guerra.

Nat: -"Eu... Eu me cortava... Shiiiiihh!!! Eu sentia uma dor tão forte e uns pensamentos negativos que não saíam da minha cabeça, só multiplicavam... Quando fazia isso, eu sentia um alívio, vendo aquele sangue escorrer... Era como se a dor que eu estava sentindo, saísse de mim... Mas, depois eu sentia novamente o mal-estar. Não sei explicar... Era um mal que fazia bem e depois fazia mal de novo e a vontade de continuar a me cortar voltava mais forte..."

Os AMEVERS são muito unidos e sentem-se à vontade para desabafar sobre o que sofrem/sofreram devido ao *bullying* e à busca da beleza ideal imposta pela sociedade. Parando um pouco para refletir, você já tomou alguma atitude em




Beto vê os AMEVERs conversando, se aproxima sutilmente sem ser notado e escuta a conversa...

Est: -"Ele fala de mim também, fala mal do meu nariz... Se eu tivesse dinheiro eu faria uma cirurgia no nariz, ele é meio grande... Mas, mesmo assim, o Digão não tem direito de falar mal de mim... Isso me dá uma raiva tão grande que fico com vontade de acabar com a raça dele!"

Gust: -"Esse Digão é um otário mesmo! Ele precisa de uma lição..."

Ao ouvir Gustavo, Beto vai em direção ao grupo de amigos de Digão e repassa o que escutou.

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Brysa aparece para Gustavo e o alerta do perigo, também o orienta a controlar suas emoções, não agir por impulso, reforça para Gustavo pensar antes de agir.

VRUummM! VRruumMM! VrRuUmmm! BiihH! BiIHHhh!!

Digão: -"Saí do mêi, povo fêi! Que eu cheguei! Kkkkk"

Beto: -"Ei, Digão! Digão!" Gritou Beto se aproximando.

Digão: -"O que foi, Beto?"

Beto: -"Você nem sabe o que eu ouvi...!"

Digão: -"Diga logo que não tenho tempo a perder!"

Beto: -"O grupinho ali do Estevão disseram que iam dar uma surra em você! Que você ia bater no Hospital Zulmira e ficaria internado por seis meses de tanta porrada que ia levar!"

Digão: -"Como é que éeeee????!!! Peraí!"

Digão desce da moto e caminha em direção a Estevão.

Digão: -"Ei! Grupo de horrores! Olha aqui, gente! Olha aqui! Vejam! Nós temos a baleia, a espinhenta, a carrapeta doida, a venta de tucano e o mais novo integrante do grupo: O menininho da mamãe! Kkkkkkk! Trouxe o gagau, Gustavo? Kkkkkkkk!"

Os alunos que aguardavam o portão ser aberto começaram a rir e continuaram atentos às palavras de Digão.

Digão: -"Imaginem só! Eu fiquei sabendo que esse grupo de horrores está querendo me dar uma surra! Kkkkkkk! E, como vai ser? Com a tua mamadeira, Gustavo? Com a gordura da Baleia ali? Com as espinhas da baixinha? Ou com o cabelo

dessa outra que mesmo depois de alisado continua duro?!  
Kkkkkkkkkk!"

Est: -"Ah! Eu te pego! Ahhrfff!"

Gust: -"Eu também te dou um murro! Arrhhggg!"

Digão: -"Pode vir quente que estou fervendo! Venha!  
Venha!"

Então, a briga começou, socos, chutes e palavrões... Os alunos fizeram um círculo ao redor dos três e gritavam incentivando a luta. Pedrão, Ademar, Lúcia e Inês correram para chamar os diretores e coordenadores. Até as meninas da cozinha apareceram para ajudar.

Edu: -"Êeeeeeeeeeeeepppppaaaaaaaaaaaaa!!!!!!!!!!  
Chêeeeeeeegggaaaaaaaaaa!!!!" Gritou enquanto saia pelo portão.

A plateia e os meninos que brigavam, todos ficaram paralisados.

Edu: -"O que é que está acontecendo aqui? Já para a secretaria! Todos os três! AA-G-0000-R-AAA!!!"

Levi percebeu que Beto estava filmando, avisou ao diretor Arnaldo, este pegou o celular de Beto e verificou que o mesmo estava fazendo uma *live* no *islagrame* com mais de mil espectadores.

Arnaldo: -"Vamos para a secretaria também."

Os portões se abriram, todos os alunos entraram na escola.

Levi, Emilly e Natália estavam próximos à porta da secretaria, aguardando notícias dos amigos e com receio

deles serem expulsos. Na sala dos diretores, os alunos aguardavam o início do sermão da Gestão.

Edinaldo: -"Então, o que aconteceu para que vocês fossem às vias de fato?"

Arnaldo: -"É inadmissível essa postura de vocês! E, ainda temos um agravante: Uma *live* da briga!"

Edinaldo: -"O quê?! Eu não sabia disso!"

Arnaldo: -"Pois é, o Beto estava transmitindo tudo. A EP na mídia por causa da briga de vocês."

Edinaldo: -"Eu quero saber o que aconteceu?"

Eduardo: -"Vocês serão futuros profissionais de saúde! Da Enfermagem que tem como a arte o Cuidar e vocês ali fora, trocando chutes, socos e palavrões... Essa é a postura de um profissional? Me digam?"

Digão: -"Com licença, Professores. O que aconteceu foi um mal entendido, eu tentei resolver um problema entre eles dois que já estavam brigando e aí eles se voltaram contra mim..."

Est: -"Ele está mentindo! É mentira dele!" Gritava.

Gust: -"Mentiroso! Falso! Mau caráter!" Completava.

Edinaldo: -"Silêeeencioooooo! Aqui é uma conversa civilizada, enquanto um fala, o outro se cala para escutar. Você levantou a mão, pode falar.

Beto: -"É, é verdade, Professores. E, eu não percebi que estava fazendo uma transmissão ao vivo, eu peguei o

celular para gravar para mostrar a vocês quem tinha começado a briga...”

Est: -“Isso é mentira! Um absurdo! Seu desgraçado! Eu vou te pegar!”

Edu: -“CHEEE-GGGAAA!!” Gritou.

Edinardo: -“Vamos fazer assim: Cada aluno vai falar com um professor, eu falo com Diogo; Arnaldo fala com Estevão; Eduardo com Beto e Gustavo comigo quando eu terminar com Diogo. Depois, Arnaldo fala com um dos alunos que estão lá fora; E, Eduardo com mais um.

Edu: -“Certo, Edinardo.”

Enquanto a conversa fluía em locais distintos da EP. Alguns pais de alunos souberam da briga através da *live* e foram para a escola em busca de informações. Eles foram recebidos e orientados pelas Coordenadoras Ísis, Salete e Mabel, permanecendo na escola, apenas os responsáveis dos alunos envolvidos na briga.

-“Será que serei expulso?! Minha mãe vai me matar! Pensava Gustavo aflito.

-“Oi Gustavo. Pelo visto, você não seguiu o meu conselho...” Falou Brysa

Gust: -“Brysa e agora?! Será que eu vou ser expulso?”

Brysa: -“Você tinha que pensar antes de agir, controlar seus impulsos. Seja paciente, Gustavo, tudo vai dar certo. Você precisa se acalmar, controlar suas emoções para conseguir conversar sobre o ocorrido.”

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Gust: -"Hômi, eu sei, eu sei! Mas, se eu for expulso?!"

Brysa: -"Há o risco, Gustavo. Todas as escolhas que fazemos têm consequências, boas ou más. Ficarei com você até o Professor Edinaldo te chamar para conversar. Vamos fazer um exercício de respiração que te ajudará a se acalmar. Primeiramente, você respira fundo pelo nariz (enche o pulmão de ar), segura o ar por alguns segundos e ao soltá-lo pela boca, bem devagar, imagine todo o sentimento/emoção/pensamento ruim saindo de dentro de você... Vamos fazer essa respiração, algumas vezes."

Gust: -"Obrigado, Brysa. Não sabia que você respirava... hehehe! Mas, vou fazer o exercício."

Brysa: -"Ha-Ha! Em uma hora dessas, você ainda fica com piada, Gustavo..."

Gust: -"Desculpe... hehe!" Enfatizou Gustavo meio sem graça.

Brysa: -"Ok. Vamos começar..."

Gustavo e Brysa realizavam os ciclos de respiração e aos poucos Gustavo se sentia mais calmo, sereno e tranquilo.

Brysa: -"Como você está se sentindo, Gustavo?"

Gust: -"Bem melhor, agora. Não sabia que a respiração ajudava. Obrig-a-d-o."

Antes de terminar a fala, o Professor Edinaldo abriu a porta e estranhou o comportamento de Gustavo.



Edi: -"O que houve? Com quem você está falando?"

Surpreso e constrangido com a pergunta, Gustavo disse que estava pensando alto e desconversou perguntando se seria ouvido agora.

Edi: -"Sim. Vamos conversar. Já ouvi o relato de Diogo e também já sei o que Estevão, Beto e alguns alunos relataram a Arnaldo e Eduardo. Agora falta você, quero saber o que aconteceu."

Gustavo se ajeitou na cadeira e calmamente contou tudo ao Professor Edinaldo, desde o *cyberbullying* à briga que aconteceu no início da manhã.

Edi: -"Certo, Gustavo. Muito bem. Agradeço pelo relato e agora você vai conversar com sua mãe que chegou aflita aqui na escola e aguarda ansiosa para te ver, enquanto conversarei com Arnaldo e Eduardo decidiremos o futuro de vocês aqui na EPFAM."

Gust: -"Professor, por favor, eu falo a verdade, não me expulse da escola. Gostei muito daqui."

Edi: -"Registrei sua fala, agora converse com sua mãe."

Edinaldo sai da sala e Helena entra agoniada, abraça Gustavo e depois o repreende pelo ato.

Hele: -"Finalmente, consegui ver você. Ainda bem que não está machucado! Mas, que invenção foi essa, Gustavo de se atracar com esse menino?! Você perdeu o juízo? O menino

é bem maior que você! Quer ser expulso daqui? Como que você faz um negócio desses, rapaz?"

Gust: -"Mãe, eu não sei o que dizer... Eu fiquei com muita raiva e partir pra cima dele."

Hele: -"Era dessa forma que você queria resolver as coisas? Na briga? Socos e chutes? Eu vi a *live!* Quase não acreditei quando te reconheci apanhando... Meu filho, meu Gustavinho, apanhando na escola!"

Gust: -"Apanhando não, mãe. Ele que apanhou..."

Hele: -"Fique calado! Você não está com a razão aqui, não..."

Enquanto isso, na sala dos professores, Arnaldo, Edinaldo e Eduardo conversavam e acertavam qual medida seria tomada acerca da conduta dos meninos. Todos estariam suspensos por uma semana e após a suspensão, retornariam às atividades escolares e participando de um Projeto da Enfermagem sob Coordenação do Professor Eduardo em prol de uma Cultura de Paz na Escola.

TOC! TOC! TOC!

O Professor Arnaldo bateu na porta e entrava na sala onde conversavam Helena e Gustavo.

Arn: -"Olá, Senhora. Me chamo Arnaldo, sou um dos diretores e venho falar da situação de Gustavo..."

Hele: -"Ele será expulso?" Interrompia a mãe aflita.

Arn: -"Bom, o que aconteceu foi grave, os danos foram físicos e morais, e a Escola também foi acometida. Logo,

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Gustavo e os demais estão suspensos das atividades da Escola por um período de sete dias. Após, esse prazo, eles poderão retornar às aulas. Porém, a senhora deve assinar esse termo de suspensão e estar ciente juntamente com Gustavo que se ele sair da linha mais uma vez, será expulso da EPFAM. A mesma orientação foi dada aos demais.”

Hele: -“Não se preocupe, Professor. Ele vai se comportar, não é Gustavo?”

Gust: -“Sim, senhora.”

Após as orientações de Arnaldo, Helena e Gustavo saíram da Escola e seguiram para casa. Gustavo não conseguiu conversar com Estevão e nem com os demais AMEVERS, contudo, ao saber que o amigo não seria expulso, ficou mais tranquilo.

Ao chegar em casa, Helena proibiu o uso das redes sociais e do celular, deixando Gustavo de castigo e sem contato com os amigos.

Gust: -“Mas, mãe...! Isso é injusto! Como vou saber como estão meus amigos?” Retrucou.

Hele: -“Não quero conversa, você vai ficar em casa, não vai passear na rua, o mais distante que irá é para a varanda.”

Gust: -“Não, mãe!”

Hele: -“É sim! E, tenho dito! Vá se trocar e venha merendar.”

Helena contou o que acontecera à Omélia e Antônio e pediu aos mesmos que não cedessem aos pedidos de Gustavo para sair do castigo. Os dois assentiram com a cabeça, ainda chocados com a situação e ficaram na cozinha conversando a filha.

-“Não acredito nisso! Que droga! Queria conversar com meus amigos, saber como eles estão...” Repetia Gustavo revoltado em seu quarto, recebendo o afago de Pé de Pano. Logo, Brysa surge em pé, ao lado da janela do quarto.

-“Você já olhou para o céu, hoje?” Perguntou Brysa admirando a paisagem.

Gust: -“O quê, Brysa? Olhar para o céu?”

Brysa: -“Quando admiramos a natureza, as belezas naturais que existem ao nosso redor, como vislumbrar o nascer do sol, o canto dos pássaros, a brisa suave que toca nosso rosto, encontramos uma paz e todos os problemas e preocupações param de crescer em nossa mente e conseguimos pensar com mais clareza...”

Gust: “-Humn...”

Brysa -“Às vezes, precisamos parar e ter esse tempo, refletir e ocupar a mente com outras coisas, para não ficarmos remoendo os erros/quedas/tristezas do passado. É preciso aprender com os erros, nos perdoar e seguirmos em frente.”

Gust: -“Você tá querendo dar uma de psicóloga?”

Brysa: -“Só estou querendo te ajudar, Gustavo.”

Gust: -"Eu não preciso de terapia, Brysa. Minha vida estava muito bem sem você nela, então me deixe só e vá atrás de outra pessoa para você assombrar! Já tenho problemas demais e não quero perder meu juízo conversando com uma figura imaginária..."

Brysa: -"Gustavo, eu..."

Gust: -"Não quero mais te ver, nem te ouvir. Interrompendo a fala de Brysa. Vá embora e não volte mais!"

Brysa: -"Está bem, Gustavo. Até breve."

Gust: -"Até breve, não! Adeus! Você já vai tarde!"

Brysa desapareceu do quarto de Gustavo e este ficou rememorando os momentos na escola, reclamando do castigo... Pé de Pano também não aguentando as murmurações de Gustavo, pedia para sair do quarto, arranhando a porta.

Gustavo ficou só, pensou mais um pouco e adormeceu. Acordou com Helena o chamando para almoçar.

Dias se passaram, a raiva e os pensamentos negativos foram se dissipando, Gustavo viu-se mais tranquilo, a expectativa para o retorno à escola aumentava bem como a saudade de seus amigos, a falta de Brysa também era sentida, Gustavo se culpava por ter brigado com ela, mas ao mesmo tempo não a queria de volta em sua Vida.

E, se você tivesse uma espiã em si? Uma amiga invisível como a Brysa, como seria a interação com





## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Levi: -"Oi, Gustavo! O que aconteceu? A gente te ligava e o telefone só dava desligado, te mandava mensagem e nada, era só o vácuo!"

Emy: -"É mesmo, Gustavo. Eu pensei que você tinha ido embora..."

Nat: -"Até eu que não sou de ficar muito tempo no celular, ficava sempre aguardando no grupo uma mensagem sua..."

Gust: -"Pois é, assim que eu cheguei em casa, minha mãe pegou meu celular e me deixou de castigo, não poderia acessar as redes sociais e nem conversar com vocês... Fiquei com muita raiva..."

Est: -"Ah! Bom! Pois, eu quando cheguei em casa, levei foi uma pisa. Fiquei de castigo também... É osso, amigo..."

Levi: -"Soube que depois da reunião com os pais de vocês, no dia da briga, lá para o fim da tarde, a mãe de Beto veio aqui e pediu a transferência dele. Os pais dele foram embora para Recife..."

Emy: -"É... O que ele fez foi muito errado, além de filmar a briga, ainda mentiu para a Gestão sobre o que tinha acontecido."

Nat: -"Pois é, e o Digão, vai continuar aqui, a mãe dele está estacionando a moto ali, olha..."

Est: -"Espia, ele está vindo todo arrumadinho, até parece outra pessoa..."



**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

Emy: -"Minha mãe falou que a mãe dele estava chorando muito esses dias, não aguentava mais a situação de sempre vir à escola por causa das implicâncias de Digão com os colegas... Até o pai dele veio de São Paulo, dar uma sova nele..."

Gust: -"O meu nem ligou pra mim..." Falou baixinho.

Est: -"Ei, lá vem ele."

Digão: -"Oi, bom dia, galera..."

Emy: -"Nós não somos sua galera!" Interrompeu.

Levi: -"Calma, Emilly. Vamos ouvir o que ele tem para dizer."

Digão: -"Obrigado, Levi. Bom, eu quero pedir desculpas a vocês. Sei que errei colocando apelidos em cada um, imagino que os fiz sofrer muito..."

Nat: -"Fez sim! Buáaaa! Falou rapidamente Natália chorando e sendo acalentada por Emilly.

Digão: -"... Esses dias que fiquei em casa, tive a visita do meu pai que conversou comigo e minha mãe também... eu percebi que estava errado e quero mudar..."

Est: -"Até parece..."

Digão: -"Entendo se não acredita em mim, Estevão. Mas, peço que aceite meu pedido de desculpas e meu desejo sincero de começarmos do zero."

Emy: -"Eitaaa!"

**A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA**

Levi: -"Veja bem, Digão... Você já pratica *bullying* contra nós há um bom tempo e não tem como acreditarmos nessa mudança repentina..."

Digão: -"Entendo, Levi. Mas, mostrarei a vocês que sou uma pessoa diferente. Não apenas para você, também para minha mãe, meu pai e principalmente para mim..."

TRUUMMMM! TTTRRRUUUUMMMMM!

Emy: -"Eita, o sino tocou!"

Levi: -"Hora de ir para a sala..."

Rina: -"Ei, vocês aí! Os diretores estão chamando!"

Est: -"Somos nós, vamos lá, Gustavo."

Gust: -"Vamos."

Digão: -"Eu vou na frente, afinal tudo isso é minha culpa."

Gust: -"Você acredita nele?"

Est: -"Nãaa!"

Emy: -"Eu também não, Gustavo."

Nat: -"Vamos para a sala. Chamou Natália mais calma. O professor já deve estar lá."

Levi: -"Sim, sim. Até já, Pessoal!"

Est: -"Até."

Rina: -"Venham logo! Os diretores estão esperando!"

Ao chegar à secretaria, os meninos foram dirigidos à sala de reuniões onde se encontravam os responsáveis de cada um, os diretores Edinaldo e Arnaldo e o Professor Eduardo.

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Edi: -"Bom dia, a todos e todas. Hoje, a suspensão dos alunos se encerra, eles retornarão às atividades, mas antes é preciso ressaltar que se eles fizerem algo de errado novamente, serão expulsos da EPFAM."

Arn: -"Por isso que marcamos essa reunião, para acordamos com os responsáveis de vocês a situação crítica na qual se encontram."

Edi: -"Sim, Arnaldo. Saibam que os pais do aluno Beto pediram sua transferência devido o ocorrido, mudando até de Cidade e Estado."

Arn: -"É preciso que vocês compreendam o real impacto de tudo isso. Não apenas pela briga em si, mas pelo *bullying* praticado..."

Digão: -"Eu sinto muito, diretor. Eu peço desculpas, já pedi a Estevão e a Gustavo... Vou mudar, vou melhorar... Eu quero fazer um discurso, eu escrevi aqui no papel..."  
Interrompia a fala de Arnaldo.

Arn: -"Nada de discurso, Diogo. Escute o que acontecerá com vocês, agora. E, ande na linha se não é tchau EP!. Agora, o Professor Eduardo falará como vocês trabalharão juntos em prol de uma vivência escolar livre de violências!"

Est: -"Como assim? Não entendi."

Gust: -"Também não."

Edi: -"Professor Eduardo, o senhor pode falar sobre o projeto que estava querendo implantar aqui na EPFAM e que ajudará a resolver esse problema do *bullying*?"

Edu: -"Sim. Bom dia. Sou Eduardo, Coordenador do Curso de Enfermagem, havia conversado com os diretores acerca do Projeto chamado LESSIE - Liga Escolar de Sabedoria Emocional que tem dentre vários objetivos, desenvolver uma Cultura de Paz na Escola, orientando os alunos acerca do *bullying*, mobilizando-os a combaterem esse tipo de violência. E, os meninos aqui me ajudarão a tirar o projeto do papel."

Estevão, Gustavo e Digão se entreolharam sem acreditar que trabalhariam juntos...

Edu: -"Humn, já percebi o entusiasmo de vocês... heheh! Então, vamos lá, o Projeto será desenvolvido pelo Curso de Enfermagem, mas suas ações se estenderão por toda a escola. Inicialmente, capacitaremos alguns alunos, incluindo vocês, acerca da área de Saúde Mental, teremos rodas de conversa com os pais e responsáveis dos alunos sobre a identificação e combate ao *bullying*; Na escola, teremos atividades lúdicas (musicoterapia, desenhoterapia, forró terapia, desfile dos ridículos, the voice da EP); Exibição de filmes com ensinamentos, que será chamado de CineCuca; Ministraremos palestras educativas (aqui e em outras escolas) para o desenvolvimento da resiliência mental dos alunos; Prevenção e combate ao *Bullying* e

*Cyberbullying*; Tudo isso contando com a parceria do município de Cedro (que já foi firmada com o Prefeito Nilo por intermédio da Vereadora Liana), faremos o encaminhamento de casos de automutilação, violação de direitos e risco de suicídio aos órgãos especializados, CAPS I (Enfermeiros Wesley e Mili) e CREAS (Assistente Social Isadora, Psicólogo Robson), respectivamente. Dessa forma, ajudaremos muitos alunos, combateremos o *bullying* e teremos uma Cultura de Paz na EP.

Est: -"Nossa!..."

Gust: -"Quanta coisa!"

Digão: -"Ajudarei sim, Professor Eduardo. Não quero mais maltratar os outros."

Edu: -"E, vocês o que me dizem?"

Est: -"Sim, eu topo."

Gust: -"Eu topo também."

Edu: -"Ótimo! Maravilha!"

Arn: -"Dessa forma, peço para que os pais continuem aqui comigo e com Edinardo para concluirmos nossa reunião, os alunos podem ir com o Professor Eduardo para a sala de aula."

Digão: -"Obrigado, pela oportunidade, Professor."

Arn: -"Que eu não me arrependa, Diogo... Que eu não me arrependa!"

Edi: -"Podem ir para a aula. Obrigado Professor Eduardo."

## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Eduardo agradeceu, saiu da sala de reuniões com os três alunos, conduzindo-os até suas séries.

Edu: -"Pronto, Diogo. Está entregue. Boa aula!"

Digão: -"Até mais, Professor."

Após deixar Diogo na sala, Eduardo seguiu para a sala do 1° de Enfermagem com Estevão e Gustavo.

Est: -"Professor, o senhor acredita nessa mudança do Digão?"

Gust: -"Eu achei ele muito estranho, nem parece aquele aluno brigão..."

Edu: -"Ele parece estar mudado. Vamos dar tempo ao tempo e vê se ele realmente mudou e quer ser uma pessoa melhor. O tempo nos dirá... Chegamos, podem entrar."

Est: -"Obrigado, Professor."

Gus: -"Até mais, Professor."

Edu: -"Até, meus caros."

Estevão e Gustavo pediram licença para entrar na sala de aula e foram para perto dos amigos Levi, Emilly e Natália. Eles falaram sobre o projeto do Professor Eduardo, a LESSIE, e se mostraram animados em participar, bem como os demais AMEVERS que pediriam ao Professor Eduardo para integrar o Projeto no horário do intervalo.

Alguns dias se passaram, a capacitação dos alunos protagonistas fora realizada e as atividades lúdicas já aconteciam na EP. Os alunos adoraram o desfile dos ridículos, cada um se vestia de forma espalhafatosa e

arrancava gargalhadas da plateia, além do the voice da EP, onde até os professores participaram cantando e sendo jurados, havia ainda o forró terapia que foi sucesso no intervalo do almoço das quintas-feiras, toda a escola participava.

A LESSIE era um sucesso, Digão que agora, insistia em ser chamado de Diogo, realmente havia mudado, ele ajudava nas atividades, nas palestras, conseguia identificar casos de automutilação e avisava ao Professor Eduardo para este realizar a consulta de Enfermagem e se necessário, os encaminhamentos.

Os AMEVERS participavam de todas as atividades, tornando-os cada vez mais unidos, através da LESSIE.

- Natália buscou acompanhamento psicológico e hoje, está mais tranquila quanto ao Enem e Vestibulares, compreendendo que Medicina não era o que ela realmente queria para sua Vida e sim Engenharia Aeroespacial, essa percepção aconteceu quando ela participou do CineCuca, assistindo ao filme 'Estrelas Além do Tempo', e também pelas aulas do curso de Enfermagem nas quais ela não se identificou com a área da saúde, porém não desistiu do curso. Quero ser a primeira Engenheira Aeroespacial Brasileira, Nordestina e Cearense da NASA, enfatizava; Não foi fácil convencer seus pais acerca de respeitar e apoiar as escolhas da filha,

contudo, a psicóloga Nayara a acompanhou nesta conversa e ocorreu tudo bem;

- Estevão fazia sessões de meditação e de respiração para controlar seus acessos de raiva e estava tendo êxito;
- Levi deixou a medicação para emagrecer de lado, conversou com sua mãe, esta agendou uma consulta com o Nutrólogo Dr. Luís Ribeiro que o orientou corretamente sobre alimentação saudável e qualidade de vida objetivando uma melhora significativa;
- Emilly estava mais tranquila quanto à sua aparência, sabia que por estar na adolescência, as espinhas eram normais, logo não se importava tanto quanto antigamente com o que as pessoas falavam. Em uma de suas palestras na LESSIE, Emilly disse que era *'necessário conscientizar as pessoas que atacam as outras, para quê tanto ódio pelo corpo do outro? Por que esse preconceito? Esses julgamentos? Isso machuca, machuca muito'*! Diogo foi o primeiro a se levantar e aplaudir de pé;
- Gustavo conseguiu cativar e se declarar à Natália, os dois estão namorando, Emilly ficou triste no início, mas Diogo já a olhava com outros olhos, iniciou a paquera e acredite, ela está se encantando com o rapaz.



## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Bom, vocês viram, os AMEVERs evoluíram muito, e eu não apareci mais para Gustavo, respeitei sua vontade e torço para que ele saia *ilesos* da adolescência. Sem vícios, sem traumas... Então, decidi escrever esse livro em homenagem à nossa curta e breve amizade 'presencial'.

Acredito que o caderninho que Pérola o presenteou ainda será útil para os seus desabafos, que as amizades que Gustavo fez na EP serão para a Vida toda, bem como o crescimento pessoal através dos projetos que participa e a atenção à sua saúde mental devido ao relacionamento intrapessoal serão muitos significativos.

Para finalizar, registre aqui os desafios acerca da autoimagem corporal que você superou, alguns conselhos para os (as) adolescentes e o autocuidado que tem com sua saúde física e mental.




## A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA

Agora, me despeço de vocês e agradeço por terem lido essa história. E, os convido a lerem a cartilha *Bullying: Para combater é preciso Conhecer*, vamos juntos desenvolver uma cultura de paz nas escolas. Desejo muita paz e saúde a todos.

Até breve, Pessoal.

Com amor, Brysa.

=]

**Fim!**

A ESPIÃ EM MIM - AUTOIMAGEM NA ADOLESCÊNCIA