



## Qué es el periodo de adaptación?

Es el tiempo que cada niño necesita para sentirse seguro y confiado en su nuevo entorno, la escuela, hasta llegar a aceptar voluntariamente la situación. Posiblemente será la primera vez que deba enfrentarse a una nueva situación a solas con sus posibilidades, sin que sus papás estén presentes. La entrada del niño en la escuela infantil supone para él un considerable cambio, sale de su entorno familiar, en donde se encuentra seguro y protegido, para incorporarse a un espacio, un ambiente, unas personas y unas normas nuevas y desconocidas para él. Este paso será muy importante en su vida escolar, y aunque en algunos casos, la separación le resultará dolorosa, la irá asimilando y se incrementará su autonomía personal y socialización. Además aprenderá que todos los cambios no tienen porqué ser malos.

## ¿ Quién se adapta ?

TODOS. El periodo de adaptación ha de vivirse de forma conjunta, niños, padres y escuela. Los padres tienen que adaptarse a esa situación de separación mutua niño-familia, que les provoca, en muchas ocasiones, sentimientos de inseguridad y culpa. Los educadores también tienen que adaptarse, cada niño es único y diferente, tienen que conocerle, saber sus gustos, ritmos, preferencias y conseguir que disfrute y sea feliz en los primeros momentos, y luego, durante el curso. Todos necesitamos este tiempo de conocimiento y comunicación que permita crear el clima de confianza y seguridad para ayudarnos a superar con éxito esta etapa.

## Qué debemos tener en cuenta...



- Los tiempos de cada niño son "diferentes y únicos". Aunque tarde un poco más, acabará adaptándose. No debemos ser impacientes, ni hacer comparaciones con otros niños.

- La actitud de los padres es decisiva en estos momentos, ya que, si viven la escolarización de su hijo como un proceso angustioso, con culpa y ansiedad, transmitirán al niño sentimientos de inseguridad y abandono. Sólo si le transmitimos que confiamos en él, él podrá confiar en sí mismo.

- Las conductas que pueden aparecer durante este periodo, como rabietas, cierta agresividad, alteraciones del sueño, nervios, cambios en los hábitos de alimentación, negaciones, inhibiciones... , no son más que manifestaciones de la ansiedad creada por la nueva situación. Si son entendidas de forma natural, estaremos ayudando al niño en la resolución de este proceso, para ello se va a

necesitar que se les ofrezca una gran comprensión y ayuda, ayuda que no consiste en evitar sus sentimientos y conflictos, sino en entenderlos.

- Es fundamental que los padres tengan plena confianza en la Escuela y en su equipo educativo y que estén convencidos de que llevar a su hijo a la Escuela supone una oportunidad única para crecer, madurar, afirmar su propia identidad, desarrollar su autonomía, favorecer su socialización e iniciar el conocimiento y adaptación al mundo exterior.

### **Algunas sugerencias que nos pueden ayudar ...**

- Es bueno manifestar una actitud positiva hacia la escuela y compartir con ellos la ilusión de esta nueva etapa: ¡Bien, vas a ir al cole!, ¡Qué suerte tienes!.

- Conviene que en casa se hable de la escuela, los otros niños, los educadores, pero sin insistir demasiado, en el caso de niños que ya han adquirido el lenguaje, no hay que agobiarlos con preguntas. Hay que respetar los silencios de los niños, si los hubiera. Ya hablarán cuando lo necesiten.

- Implicar a los niños en la preparación de las cosas que necesitan llevar al cole: mochila, baby, babero, almuerzo...

- Durante el periodo de adaptación, en la medida de las posibilidades particulares, es conveniente que sean los papás quienes lleven y recojan a los niños. La presencia de papá o mamá les dará mayor seguridad. Por ello aconsejamos reservar unos días de vacaciones para los primeros días del curso.

- El momento de la despedida debe ser breve y alegre. Un beso y un hasta luego, acompañados de una sonrisa y expresión serena es suficiente. Despedirse del niño evitará que desconfíe y a la larga, le dará seguridad, aunque de momento llore. Llorar es una forma de expresión en los niños y como tal debe ser entendida, hay que permitir al niño que manifieste su malestar, mostrando comprensión y alternativas.

- Es conveniente hacer alguna referencia al reencuentro: "luego llegará papá o mamá a recogerte", "ahora me voy a trabajar, cuando termine, vuelvo". Este tipo de frases, les irá haciendo entender, poco a poco, que no es una separación definitiva y que los papás van a regresar.

- Al recogerlo en la escuela, hacerlo con actitud positiva, demostrarle nuestra alegría y entusiasmo por sus progresos con frases de ánimo y apoyo " ¡Bien, campeón!, ¡Qué mayor te estás haciendo!...

- En los primeros días de curso no debe permanecer mucho tiempo en la escuela, así tendrá deseos de volver al día siguiente. Por eso la incorporación se hará de forma paulatina, ampliando poco a poco el tiempo de estancia en la escuela.

- La puntualidad a la hora de recogerlo es importante, para no generar sentimiento de abandono.

- Al salir del cole, dedicar tiempo de juego en casa, es bueno que descubra que lo que hace en el centro no es tan distinto de lo que hace habitualmente, sólo que con otros niños y otras personas que no son los papás.
- Antes de comenzar el curso, es un buen momento para dejar de vez en cuando al niño con otras personas, familiares o amigos, durante cortos periodos de tiempo para que se vaya acostumbrando, poco a poco, a separarse de los papás.
- Si se considera necesario, es bueno que el niño lleve algún objeto de casa: su juguete favorito, una sabanita..., algo que le sea familiar y que le mantenga unido a su hogar.
- Comunicación constante y fluida con los educadores, compartir con ellos, dudas, inquietudes y cualquier cambio en el niño.

### **Procuremos evitar...**

- Las mentiras como: "No me voy, sólo me quedo detrás de la puerta" o esperar a que esté entretenido para irnos sin que se dé cuenta, sólo consiguen que el niño se sienta cada vez más inseguro, no querrá perdernos de vista y se aferrará a nosotros porque piensa que en cualquier momento vamos a desaparecer.
- Hacer comentarios como: "pobrecito", "qué te han hecho"... , cuando le recogemos en la escuela.
- Que coincida el periodo de adaptación con cualquier otro acontecimiento que suponga un cambio en la vida del niño o en sus rutinas, como puede ser el nacimiento de un hermanito , un cambio de casa, incorporación de los papás al trabajo... La acumulación de otras situaciones que requieran una adaptación puede hacer un poco más difícil su incorporación a la escuela.
- Hacer o decir algo que haga pensar al niño que ir al cole es opcional, por ello, no caer en la tentación de no llevarle algún día. Es importante respetar al máximo los horarios y rutinas de la escuela.
- Hacer demasiado caso a las negativas de los niños a ir al cole, a las rabietas, a los chantajes emocionales que nos duelen tanto...

**No cabe duda que cada comienzo de curso nos enfrentamos al reto de hacer felices a nuestros pequeños en la escuela, pero entre todos, con paciencia, cariño, comprensión, comunicación y respeto y entre juegos, canciones, cuentos y muchas actividades, pronto lo conseguiremos.**

**¡BIENVENIDOS A ELISA TOMÁS YUSTI!**