

ADAPTACIÓN AL COLEGIO

En septiembre, muchos niños irán por primera vez al cole. ¿Cómo deben preparar los papás a sus hijos para que no lo vivan como una mala experiencia? Ideas prácticas y por tramos de edad. Por ejemplo: desde los 12 meses hasta los 3 años/ desde los 3 a los 6 años y de los 6 en adelante.

Lo más importante es que los niños, de todas las edades, no sientan que el inicio del curso es vivido por los padres como una mala experiencia. No se deberían dar determinados mensajes a la hora de volver al cole: “menudo rollo otra vez al cole”...

Sobre todo en la etapa infantil habría que intentar no transmitir los miedos de cara al inicio del nuevo curso (“ este niño lo va a pasar fatal porque está todo el día conmigo, va a ser horroroso, miedo me da pensar en Septiembre cuando lo llevemos a la guardería con lo enmadrado que está...”)

Ideas que pueden facilitar la incorporación son:

- Que el niño conozca el lugar o mejor la clase unos días antes de empezar el colegio, que sepa de antemano el nombre de su profesor...
- En verano solemos ser más laxos con los horarios, por lo que de cara a la incorporación al colegio, sería conveniente al menos una semana antes, irle acostumbrando al horario que tendrá cuando empiece el curso (al menos que se acueste cada día un poquito antes)
- También irle hablando con normalidad del inicio del curso para que vaya haciéndose a la idea de que terminan las vacaciones y comienza la rutina
- Algo que les suele gustar en función de la edad que tengan, es comprar y preparar el material escolar y la ropa para el nuevo curso. Aunque nos pueda parecer más cómodo comprarlo nosotros sin ellos, es una buena manera de implicarles, que escojan ellos el color de sus cuadernos, su mochila, su estuche... y para los más mayores si hay que forrar los libros enseñarles o hacerlo con ellos, decorar las carpetas...

El primer día es la novedad y el niño acude al cole con ilusión.

Pero, ¿qué hacemos si el segundo día se despierta llorando y no para de llorar porque no quiere ir al cole?, ¿Cómo abordamos esta situación?

Por lo pronto, no negando la realidad ni idealizándola "vendiéndoles una moto". Es importante que transmitamos a nuestro hijo seguridad en la decisión que hemos tomado, pero eso no quita para que le digamos que entendemos cómo se siente: sin sus padres, en un lugar desconocido, teniendo que compartir el tiempo, la atención y los juguetes, pasando de estar al aire libre jugando todo el día a estar en un aula sentado...

A la vez podemos decirles que es normal que se sienta así los primeros días, pero que pronto va a encontrarse bien, que el nuevo curso le va a traer un montón de cosas nuevas y buenas, va a aprender, va a hacer amigos o a reencontrarse con sus compañeros y divertirse, jugar a nuevos juegos... si nosotros le transmitimos esto con seguridad él se va a tranquilizar.

La actitud a tomar sería: mantener la tranquilidad, entendiendo que le cueste, se lo podemos decir, con cariño, abrazándole, pero con seguridad y firmeza, despedirnos, dejarle al cuidado del profesor e irnos. Es normal que él nos llame llorando, pero una vez que nos hemos despedido no deberíamos volver. Siempre despedirse, pero una despedida serena y sin alargarnos demasiado.

Y, cómo deben afrontar las mamás a nivel emocional esta experiencia? Será la primera vez que se separen de sus hijos. Consejos. Lo que nunca deben hacer los papas (errores más frecuentes)

La incorporación a la Escuela Infantil es otra de las grandes separaciones por las que tendrán que pasar las madres, y ésta va a ser vivida normalmente con ambivalencia.

Esto quiere decir que por un lado las madres se sienten contentas porque el niño se va haciendo cada vez más mayor y autónomo, pero a la vez significa que se va a ir separando más y más y que van a entrar otras figuras de referencia en escena (profesoras, cuidadoras, amiguitos...). Ya no solo va a depender de ella. Aunque racionalmente sepamos que el niño

va a estar bien atendido y acompañado y que lo necesita y es “ley de vida”, es una separación, y las separaciones duelen, a la madre y al niño. Y muchas veces, en función de cómo lleve esta separación la madre, va a ser más o menos difícil la separación y adaptación del niño a la escuela infantil. NUNCA irse sin despedirse: Un niño que llora cuando te despides de él, llora de pena, pero uno que llora cuando te has ido sin despedirte lo hace desde la angustia y la desesperación, él piensa que ya no vas a volver. El irse sin despedirse muchas veces se hace para que el adulto se ahorre el momento y el dolor de ver llorar al niño, no porque sea algo que le vaya a beneficiar al niño.

Es muy importante que el niño sepa que te vas, que te vea irte tranquilo, y que le digas que le vas a venir a recoger dentro de un rato o antes de comer, o después de la siesta... (Conceptos que ellos manejan, ya que no entienden de tiempos)

En caso de que no seas tú el que le vayas a buscar decirle quién vendrá.

Tampoco deberíamos enfadarnos con el niño si rompe a llorar en la guardería, es la manera que él tiene de expresar su angustia ante la separación. Al adulto le cuesta pero tiene muchos más recursos para manejar la situación, un niño pequeño no sabe ni puede hacerlo de otro modo.

También es importante dejarle algo que a él le dé seguridad (su muñeco de apego, su chupete...) para que pueda recurrir a ellos en algún momento en el que se sienta inseguro.

Otro aspecto aconsejable es que se haga una “transición”, que al despedirse se le diga: “Ahora me voy, vendré a buscarte antes de comer, ahora te quedas con tu profesora, que se llama... si necesitas cualquier cosa se lo pides a ella.

A nivel emocional, qué les aporta la experiencia de ir al cole o a la guardería con otros niños?

No es lo mismo la primera (guardería) que la segunda etapa de infantil. Si bien la primera etapa debe ser un sitio donde el niño se sienta seguro y querido a nivel emocional, en la segunda etapa ya se van trabajando aspectos más “académicos”, pero siempre debería ser a través del juego.

El tema de la socialización no llega evolutivamente hablando

hasta los 3 años aproximadamente. Por lo que la etapa de infantil debería ser fundamentalmente un espacio donde el niño pueda sentirse seguro para ir desarrollando sus aptitudes y su autonomía a través del juego libre, lo que le permitirá ir siendo más autónomo, creativo...

Es necesaria entonces la adaptación escolar? En qué les ayuda? ¿No es demasiada la sobreprotección que se hace hoy a los menores?

Sin lugar a dudas es algo si no necesario, sí recomendable. Muchos padres o abuelos recurren al manido "en mis tiempos esto no se hacía y no estoy traumatizado".

Pero es que hay cosas que antes no se sabían y hoy en día sí. Lo que puede parecer a veces un exceso de miramientos, mimo o sobreprotección, tiene que ver con que actualmente sabemos y entendemos mucho más cómo funcionan a nivel cognitivo y emocional los niños. Y si sabemos que hay cosas que van a afectarle positiva o negativamente en su desarrollo, es importante tenerlas en cuenta. Y el periodo de adaptación es algo que facilita mucho a un niño su incorporación a la Escuela Infantil.

Es muy importante para el adecuado desarrollo evolutivo del niño que se sienta bien y seguro a nivel emocional, y para eso se hace la adaptación escolar, para que el niño progresivamente vaya acostumbrándose a su nuevo entorno, un sitio para él hasta entonces desconocido y en el que, lo más importante, va a estar sólo sin su figura de referencia, sus padres.