PAUTAS PARA UNA BUENA ADAPTACIÓN A LA ESCUELA INFANTIL

Desde el Centro de Atención Infantil Temprana se destacan algunas medidas para facilitar la adaptación de los menores que en los próximos días se incorporen a una Escuela Infantil.

- Anticipar al niño qué va a suceder. Explicarle qué es la escuela infantil, qué se va a encontrar allí y todas sus bondades. Alguna visita acompañada con los padres, ver videos de niños jugando en la escuela infantil, libros con imágenes de la misma, jugar a la escuela, etc. El objetivo es que unas semanas antes el niño sienta curiosidad e incluso deseo de ir a la escuela.

-Que la asistencia a la misma sea haga de manera gradual y progresiva en cuanto al tiempo de estancia. Siendo este tiempo breve durante los primeros días e incrementándose progresivamente.

- No es malo dejarlo en la escuela. Muchos padres se sienten culpables al dejar a sus hijos. Esto se traduce en disculpas, ansiedad, caras largas, compensaciones... este estado se contagia al niño y la guardería se convierte en algo malo a sus ojos.

- Las despedidas y reencuentros deben de ser cordiales y sin negociaciones, como cuando se van a la cama o se quedan con algún familiar.
- No alargar las despedidas. Los niños no deben pensar que quedarse en la guardería es negociable. Alargando la despedida con promesas, justificaciones, disculpas, el niño cree que puede haber alguna opción y puede aumentar la duración y la intensidad de las rabietas.
- No ser estrictos. Hablamos de normalidad y de no reforzar las malas sensaciones. Hay que ser empático con el niño en esta nueva situación y sobre todo cariñoso. En las despedidas y reencuentros hay que transmitir que la guardería es buena para él y que no hay mejor premio que asistir a la escuela.
- Que papa o mama los lleven y recojan al principio les dará confianza y se adaptaran antes
- No usar “chantajes afectivos” o compensaciones materiales. La escuela debe convertirse en algo normal, no en algo que hay que “tragar” para conseguir o evitar cosas.
- Para hacer ese mundo desconocido más cercano podemos dejar que se lleve a la escuela algo familiar: un juguete, una manta... esto hace que no todo sea nuevo y tenga algo donde agarrarse.
- Demostrar al niño que tenemos confianza y respeto al educador. En las horas que este en la escuela será la figura de referencia y conviene que el niño confíe en ella. Siempre procurar hablar bien del responsable y que lo perciba como alguien más que vela por su seguridad.
- Evitar frases del tipo “pobre te hemos dejado solo”, “¿qué te han hecho los niños?”, “¿has llorado mucho?”, ... aunque el niño haya estado toda la mañana jugando al ver a los padres y escuchar esto desencadenara una rabieta.
- Utilizar expresiones con un lenguaje positivo, tales como ¿te lo has pasado bien?, ¿qué has aprendido hoy?.....

- El periodo de adaptación no es igual para todos. Como a todas las personas las cosas nuevas generan ansiedad, tanto para padres como para hijos. En lo posible haremos la entrada a la escuela infantil gradual y siguiendo los consejos de los profesionales que se harán cargo de nuestros hijos. Aún así durante el periodo de adaptación podemos esperar ciertas reacciones normales: alteraciones de sueño, alimentación, etc. conductas de apego acentuadas, “vueltas atrás”, rabietas o incluso indiferencia. Estas reacciones hay que tratarlas con normalidad y cariño, sin olvidar que son normales y que es la primera de muchas situaciones nuevas que se va a encontrar en su vida.
- Añadir los cambios de uno en uno. Si tenemos pensado cambiarlo de habitación, quitarle el chupete, introducir nuevos alimentos, quitar pañales... etc. tendremos que hacerlo antes o una vez acabe la adaptación a la escuela infantil.
- Potenciar conductas de imitación y aprendizaje por parte de la familia para que puedan ser aplicadas en el aula.
- Los padres deben desarrollar unas pautas de actuación encaminadas a favorecer la adquisición de hábitos básicos para su autonomía y desarrollo posterior.
- Para que la integración social sea exitosa, los padres deben acompañar a sus hijos durante todas las fases del crecimiento mostrándoles conductas ejemplares para que posteriormente los niños puedan aplicarlas entre sus iguales.
- Impulsar hábitos de vida saludables para que desarrollen actitudes proactivas y prosociales; hábitos de higiene, alimentación, sueño...ofreciendo a nuestros hijos un modelo similar al que promueven los centros escolares.

Recomendaciones elaboradas desde el Centro de Atención Infantil Temprana de la Concejalía de Educación, Deportes y Salud del Excmo. Ayto. de Martos con las colaboraciones profesionales del ámbito educativo y de la salud.