



EL PERÍODO DE ADAPTACIÓN

O ¿QUÉ OCURRE CUANDO NUESTROS HIJOS EMPIEZAN EL COLE?

El encuentro con un medio nuevo y extraño (que no conoce) y el hecho de tener que aceptarlo les produce ansiedad o estrés a la mayoría de los niños; es como decir que un niño **está dispuesto** o no a aceptar ese nuevo lugar. Todos pasan por este período, pero para algunos pasa inadvertido por ser muy breve o poco *intenso*. Pueden aparecer problemas más o menos importantes de ansiedad (ansiedad por separación, ansiedad generalizada, vuelta atrás en algunas adquisiciones,...) que poco a poco remiten. Este proceso es diferente para cada niño en duración y en intensidad; cada niño lo vive de una manera propia y distinta a la de los demás,



¿Qué caracteriza al Período de Adaptación?

Respecto a los **niños** las características principales son:

- la dificultad de separarse de sus padres y
- aparición de comportamientos no habituales o que se intensifican

El **“estar dispuesto”** o **preparado** dependerá de:

- ⇒ Los recursos personales. Las habilidades propias de cada niño de las que se sirve para estar más agusto en ese lugar nuevo sólo.
- ⇒ La relación que se establezca entre él y la/el maestr@. Es evidente que el nivel de empatía o de *acoplamiento* puede ser diferente entre dos personas
- ⇒ Las actividades que se realicen durante ese inicio del curso; que pueden ser de carácter distinto a las del resto de los meses en Función, efectivamente de las características de este período.
- ⇒ Las actitudes que los padres estén teniendo durante este período en concreto, y durante la educación de su hijo en general.
- ⇒ Del proyecto de Centro que regula la pedagogía a seguir, la participación de los padres, las Funciones de las maestras,...

En cuanto a los **Padres y Madres**, en ellos también se produce un proceso por el que tienen que aceptar que sus hijos se quedan en un Centro en lugar de con ellos. Desde los padres y madres, este período se caracteriza por:

- ⇒ Actitudes de ansiedad y/o angustia por separarse de sus hijos
- ⇒ Sentimientos de culpabilidad por pensar que están “obligando” a sus hijos a *“pasar un mal rato”*, y en los casos más extremos por un sentimiento de que los están *abandonando*.
- ⇒ Presencia de deseos de superación y autoconvencimiento de que lo que están haciendo es irremediable (por ejemplo, algunos padres o madres dicen: *“me habéis salvado la vida”*)
- ⇒ Sentimientos de compasión hacia el niño y aumento de los deseos de protección hacia ella.

Las diferentes actitudes y sentimientos que están presentes tanto en los niños como en los adultos, dan lugar a distintas conductas. A veces éstas ayudan a superar dificultades o por el contrario las mantienen e incluso fomentan.

ACTITUDES QUE FAVORECEN LA ADAPTACIÓN

- ☺ Preparar el terreno días antes de su comienzo en la guardería: hablándole de ella, de lo que va a hacer allí, de l@s compañer@s,...con una actitud muy positiva pero sin atosigar.
- ☺ Una vez comenzada la asistencia a la guardería, hablar Fuera del horario escolar, en diferentes contextos y con diferentes personas, del cole; haciendo referencia a aspectos lo más concretos posible: su clase, lo que hay, su "seño" (nombrarla), lo que hacen. Siempre acompañando de expresiones de alegría, entusiasmo,...
- ☺ Al recogerlos preguntarle siempre sobre lo que han hecho, ayudándoles a recordar y a que cuenten cosas, (dentro de sus capacidades, estamos hablando de niños muy pequeños) aunque sea poco.
- ☺ Acudir al Centro escolar lo más relajad@ posible (l@s niñ@s y sobre todo los padres y madres), no ANTICIPANDO lo que va a ocurrir.
- ☺ Durante el período de adaptación es aconsejable ser en casa mucho MÁS COMPRENSIVO que de costumbre (icuidado!, no más permisivo). Tener más muestras de afecto. Aceptar ciertas conductas extraordinarias como: comer menos, mostrarse más irritable o agresiv@, hacerse *pipí* en la cama o durante el día; todas estas son expresiones de sus dificultades, de cierto rechazo y rebeldía porque están haciendo algo que les cuesta mucho (ir al *cole* o a un *cole* nuevo)

Si se percibe que el período se está alargando más de lo esperado probablemente estemos manteniendo actitudes y conductas erróneas o habrá causas que compliquen el proceso. Sería conveniente recabar información con su tutor/tutora o con el psicólog@ del Centro