

PERIODOS DE ADAPTACIÓN.

La salida del hogar para incorporarse a la escuela infantil por primera vez, supone en los niños un proceso complejo que cada uno elabora internamente y en el que se darán sentimientos ambivalentes.

La escuela es un lugar desconocido que puede producir en el niño sentimientos de pérdida y abandono, frente a la seguridad y protección de su mundo familiar. Pero, es además, un lugar lleno de sugerencias y propuestas atractivas que proporciona nuevas experiencias y relaciones, nuevos amigos con los que compartir juegos y afecto.

Los niños necesitan tiempo, buenas experiencias dentro de la escuela y comprobar que cada día suceden las mismas cosas y que sus padres siempre vuelven a buscarles, mostrándoles su alegría por el reencuentro.

Todos los temores internos del niño (inseguridad, angustia, miedo,...) se irán desvaneciendo poco a poco. De este modo la escuela llega a ser un lugar donde el niño se siente seguro y en el que puede llegar a disfrutar.

Los niños/as de un año tienen su primera experiencia con la escuela. El primer contacto que los niños y niñas tengan con la escuela, marcará de forma significativa su trayectoria posterior.

El objetivo prioritario del periodo de adaptación es incorporar a los mas pequeños a la comunidad educativa de la manera mas positiva posible, sin olvidar las particularidades individuales, respetando los ritmos de cada niño y sus características personales, evitando sentimientos de desconfianza, angustia e inseguridad y dando una respuesta individual a cada una de sus necesidades.

A partir de ahora, los niños y niñas, van a estar en contacto con un medio nuevo, nuevas personas, dependencias, materiales, espacios, normas.

La entrada en la escuela infantil implica cambios en áreas de: higiene, alimentación, sueño, rutinas, las rutinas que se establecen en la Escuela Infantil, les ayudan en su organización del tiempo y la actividad, a relacionarse con sus iguales, con los adultos y en la organización del espacio y objetos.

Cada niño/a, vive su propio proceso, sus conflictos lógicos de manera individual. No existe un periodo de adaptación estandarizado, ni en los comportamientos ni en el tiempo que cada uno necesita.

Sin embargo durante este periodo pueden aparecer **conductas de rechazo**:

- Comportamientos de timidez o inhibición. Se aíslan, no expresan sus sentimientos, evitan la comunicación con el educador...
- Se muestran tristes y llorosos.
- Rechazan el contacto con el educador y con los otros niños.
- Se dan rabietas y llantos, sobre todo en el momento de la entrada a la escuela.
- No quieren comer ni dormir la siesta.
- Ya en casa, no se separan de mamá o papá. Ni quieren quedarse con los abuelos, vecinos o amigos.
- Alteraciones en el sueño; despertar bruscamente reclamando atención...
- Con menor frecuencia, pueden sentir dolor de tripa, vómitos e incluso fiebre.

Todos estos comportamientos irán desapareciendo paulatinamente en la medida en que el niño vaya resolviendo el periodo de adaptación.

Algunos niños se aferran fuertemente a un objeto que traen de casa y que les transmite tranquilidad, llamado objeto de apego.

- Objeto de apego: es habitual que los bebés sientan especial cariño por un objeto en particular al que se encuentran muy aferrados. Es el llamado objeto transicional, también conocido como objeto de consuelo u objeto de apego.

Puede ser un muñeco, un peluche, un osito, una mantita, un camisón, una almohadita, una sábana, un cojín, un chupete, etc.

No todos los niños adoptan un objeto transicional en su infancia. El proceso emocional es diferente en cada niño, por eso algunos necesitan aferrarse a un objeto mientras que otros no.

A lo largo del año nos podremos encontrar con dos tipos de incorporación a la escuela infantil, por lo tanto, contamos con dos tipos de periodos de adaptación. Son:

- En grupo al comenzar el curso, es decir, niño/as que se incorporan en septiembre y a la vez. En este periodo se incluyen los tres tipos de horarios que cada aula, 0-1, 1-2 y 2-3 años, emplean, y que veremos en la metodología de cada aula respectivamente.

- Individual a lo largo del curso/año, son las entradas que se producen esporádicamente y que conlleva un periodo de adaptación ajustado a la situación.

Durante los primeros días el niño/a debe tener un horario reducido que se irá ampliando en función a la respuesta y la adaptación del niño al nuevo entorno. Los primeros días el niño puede traer al aula un objeto de apego.

El horario de este periodo de adaptación, individual-esporádico sería el siguiente:

- Horario orientativo.

Durante los primeros días la educadora observará al niño y realizará un horario individualizado según su respuesta.

Día 1: 9:00 a 10:00

Día 2: 9:00 a 10:00

Día 3: 9:00 a 10:30

Día 4: 9:00 a 10:30

Día 5: 9:00 a 11:00

Día 6: 9:00 a 11:00

Día 7: 9:00 a 11:00

Día 8: 9:00 a 11:30

Día 9: 9:00 a 11:30

Día 10: 9:00 a 12:00

Día 11: 9:00 a 12:00

Día 12: 9:00 a 12:00

Día 13: 9:00 a 12:00

Día 14: 9:00 a 12:30

Día 15: 9:00 a 12:30

Aproximadamente a partir de este día el niño/a cumplirá el horario completo de 9:00 a 13:00h.

¿Cómo pueden ayudar los padres durante el periodo de adaptación?

Cuando hablamos de la separación mutua de niño-familia, entendemos que no solo se adapta el niño, sino que también los padres van a tener que adaptarse.

Posiblemente sea difícil observar la angustia y los temores de vuestro hijo en los primeros días de escuela sin que dudéis si merecerá o no la pena.

Es conveniente aceptar y tolerar estos sentimientos como naturales y humanos, evitando los dobles mensajes que a veces se da a los niños. Un ejemplo frecuente de esto, es decirles que en la escuela estarán muy bien con lágrimas en los ojos o con un evidente gesto de inseguridad.

Los niños perciben todos estos sentimientos que influyen, indudablemente, en su proceso de adaptación.

Establecer criterios comunes entre educadores y padres, y respetarlos, ayudará a realizar un proceso claro que favorezca la adaptación del niño a la escuela infantil.

De forma que algunos consejos que podemos daros son:

- Recordad que vuestra actitud es muy importante, y no debéis transmitirle inseguridad al niño.
- Durante el periodo de adaptación, en la medida de lo posible, es conveniente que intentéis llevarle y buscarle vosotros, eso le dará seguridad y se acostumbrará antes al cambio.
- Debemos evitar el chantaje afectivo de: “no llores que mamá se va triste” o la mentira: “no llores que mamá viene ahora”.
- No prolongar las despedidas en exceso, hay que transmitirle al niño que lo que estáis haciendo es lo mejor para él.
- No es un buen momento para introducir en la vida del niño otro tipo de cambios, como cambiarle de habitación o quitarle el pañal.
- Permitiremos que el niño asista al aula con su juguete favorito.
- Si surgen pequeñas dificultades, no os alarméis, solo está adaptándose.

Una vez superado el periodo de adaptación...

Como padres habréis superado la ansiedad por la separación de vuestro hijo, y confiareis en el equipo educativo, haciendo cada vez más sencilla la separación del niño, comprendiendo el periodo por el que está pasando.

El niño será capaz de:

- Adaptarse al nuevo espacio y moverse libremente por él.
- Seguir rutinas.
- Respetar normas básicas.
- Utilizar nuevos materiales.
- Establecer vínculos de afectividad con la educadora y sus compañeros.
- Admitir progresivamente la separación de sus padres.

