

4 de Septiembre del 2010

El primer día de cole

No solamente podemos, sino que debemos preparar a nuestros hijos para su primer día de cole... es conveniente decirles que van a estar bien, que van a conocer a otros niños y niñas, que podrán jugar con nuevos juguetes, les ayudará también que les contemos cuentos de niños en su misma situación...en fin, todas aquellas ideas que se nos ocurran, siempre que sean verdad y que sepamos les agraden, pero debemos saber que ...finalmente... cualquier parecido con la realidad será pura ficción... Las expectativas que a nuestros hijos les damos y las que ellos se suelen formar del cole no podrán ser nunca del todo reales, al menos durante los primeros días, o incluso meses. Tenemos que decirles que van a estar bien pero casi todo será un rollo... Tendrán que quedarse en un sitio desconocido, con adultos desconocidos, con niños y niñas desconocidos, madrugar, desayunar de prisa, compartir los juguetes, acostumbrarse a que un ratito es demasiado tiempo...y hasta a compartir al profe...

Los que han iniciado la guardería antes de los seis meses no habrán pasado este periodo de adaptación porque hasta esa edad los niños no han establecido todavía el apego y por tanto no suelen extrañar. Los que han ido después podrán volver a pasarlo, y los que no han ido nunca seguro que lo pasarán.

El comienzo del cole es otro de los momentos más sensibles no solo para los niños sino también para los padres. Normalmente es la primera vez que la familia se separa tantas horas seguidas al día.

La inseguridad, la culpabilidad ante la separación, o el temor ante los cuidados que nuestros hijos van a recibir, son miedos habituales y normales en todos los padres y las madres, pero debemos procurar no transmitírselos a ellos. Por eso es tan importante llevarlos antes al cole, conocer el espacio, conocer a los profes y cuidadores, conocer el aula, saber cómo hacen su trabajo los profesionales con los que vamos a dejar a

nuestro hijo durante la mayor parte del día y durante unos años decisivos en su formación.

Es muy importante saber elegir el cole que creemos que más se ajusta a nuestra manera de educar a nuestros hijos. Cada cole tiene su propio proyecto educativo y debemos conocerlo, porque ahí estarán las bases de una buena parte de su futuro. De como se resuelva el primer contacto de los niños con el medio escolar dependerá en gran medida la actitud que desarrollarán cara al aprendizaje. Unos de los objetivos prioritarios de la etapa de Educación Infantil es que aprendan en un ambiente adecuado, con profesionales que lo entiendan y respeten y que le proporcionen seguridad emocional y apoyo social. Que haya un proyecto común y compartido entre las familias y los profesionales de la educación a los que dejamos a cargo nuestro pequeño es imprescindible, no solamente para una formación personal y social sino también para una formación académica. Cuando nuestros hijos son pequeños nos preocupa por encima de todo que vayan a gusto al cole, más adelante lo que más nos preocupa es que saquen resultados académicos, porqué no preocuparnos de estas dos cuestiones todo el tiempo?

Es importante que la adaptación al cole se haga poco a poco, los primeros días será suficiente con tres horas más o menos de estancia. Después poco a poco se debería ir alargando este horario. Deberían de entrar en grupos pequeños para que el recibimiento sea lo más individualizado posible en estos momentos tan delicados para niños y padres. Será también conveniente que haya más de un adulto en clase esos primeros días, fundamentalmente para que el proceso de la espera sea paulatino. Vienen de tener una mamá y un papá casi exclusivamente para ellos y ahora tendrán solo una profe o un profe para todos.

Es importante que lleven ropa cómoda no solo para adquirir mayor autonomía sino fundamentalmente en esta primera etapa para mayor seguridad personal. Si ya es difícil estar en un sitio desconocido, con personas desconocidas, aún mayor será su inseguridad si hay muchas trabas que les dificulten su desenvolvimiento personal.

Todos los niños y las niñas pasarán por el periodo de adaptación aunque no de la misma manera...unos llorarán el primer día, otros guardarán el tipo y llorarán más adelante, otros tendrán rabietas, otros lo focalizarán en el comedor... Hay niños que lloran el primer día, niños que no lloran y participan resignadamente pero que en casa manifiestan conductas de rechazo hacia los padres, niños que lloran y se niegan a ser atendidos por los adultos del cole, niños que se mantienen aislados y no participan, niños que se aferran fuertemente a algún objeto que traen de casa, cada uno hará la adaptación a su manera. Algunos niños pueden tener pesadillas o costarles más dormir, tener menos apetito, retroceder en los hábitos adquiridos... A veces la ansiedad ante la separación les hace sentir abandono, miedo, celos de los hermanos pequeños que se quedan en casa, comportamientos agresivos.

Hay algunas pautas que les pueden ayudar en este periodo de adaptación:

1. El intentar llevarles e irles a buscar durante los primeros días, esto les dará seguridad y les facilitará la adaptación al cambio.
2. Evitar el chantaje afectivo "no llores que mamá se va triste", o la mentira "no llores que mamá viene ahora".
3. Permanecer un ratito con él o ella en el aula los primeros días.
4. No prolongar las despedidas excesivamente. Hay que transmitirles que lo que estamos haciendo es bueno para él. Es importante que no piense que la marcha de los padres es opcional o que si protesta con fuerza impedirá la partida.
5. Dejaremos que lleve su juguete favorito, algo que le mantenga unido con su familia y su casa.
6. No es un buen momento para introducir otros cambios en su vida (quitar pañales, cambio de habitación...) Será conveniente esperar a que supere el proceso de adaptación.
7. Evitar al recogerle frases como "ay, pobrecito, que le hemos dejado solito", "¿qué te han hecho?". O "¿Te has portado bien?"

Para superar las posibles dificultades el niño va a necesitar que le ofrezcamos una gran comprensión y ayuda, que no consistirá en evitar sus sentimientos y conflictos, sino entenderlos, y comprender que cada niño tiene un ritmo de adaptación personal que hay que respetar. Comprenderlos y mantener la calma será la actitud más adecuada para este periodo que puede ser más corto o más largo, pero siempre transitorio.

Celia tenía tres años y se había incorporado hacía un mes por primera vez al curso escolar. El primer día llegó feliz y enseguida les dijo a sus padres que se podían marchar, después se pasó el resto del día observando y sin querer participar en ninguna actividad. Durante los días siguientes asistió al cole resignada pero sin querer integrarse. Celia pensaba que ir al cole significaba aprender a leer y escribir y allí no había nadie que le enseñara la más mínima letra. Además no podía jugar con lo que le apetecía porque siempre había alguien que se lo quitaba y no de muy buenas maneras , y para rematar cuando se decidía a pedir ayuda a la profe esta no le podía prestar toda la atención porque siempre estaba rodeada de niños que la necesitaban al igual que ella. A partir de la segunda semana cuando ya comprobó que definitivamente aquello no era lo que esperaba, no quería quedarse por las mañanas, lloraba y lloraba y a sus papás les costaba mucho dejarla. Cuando ellos se iban y Celia entendía que ya irremediablemente no la llevarían de vuelta a casa, sus lloros cedían, se olvidaba de su disgusto y empezaba a intentar participar en las actividades que más le gustaban. A partir de la tercera semana su actitud mejoró mucho aunque le seguía costando separarse por las mañanas. Pero a la par que comenzó a percibir las primeras ventajas de su nueva situación y a sentirse más segura en el cole comenzó también a estar más reivindicativa en casa. Cuando sus padres dejaron de sentirse culpables y entendieron que Celia seguía siendo la misma de siempre a pesar de que en este momento les estaba pasando factura por haberla dejado cada día en el cole, ella volvió a ser no solamente la misma de siempre sino que además había aprendido ya un montón de cosas.