

PROCESOS DE ACOGIDA EN EDUCACIÓN INFANTIL

CURS 2024-25
CRA LA COSTERETA
LLANERA DE RANES

RUTINAS

Los días antes de que la niña o niño empiece la escuela podéis ir adaptando poco a poco los horarios de casa a los nuevos horarios que tendrá en los días de acogida: la hora de ir a dormir, la hora de levantarse, de desayunar, de almuerzo, de la siesta... Mantener las rutinas familiares todo aquello posible una vez iniciada la escuela: cuento antes de ir a dormir, etc.

Evitar otros cambios en la rutina familiar: paso a otra habitación, etc.

Las actividades diarias constituyen el telón de fondo de predictibilidad y conexión (...). Desde este contexto, cada vez que haya un cambio en nuestras vidas, nuestro sentido de seguridad se restablece siguiendo RUTINAS familiares, lo cual nos permite retomar nuestra confianza en el mundo que nos rodea. Los rituales resultan elementos importantes para el fortalecimiento y el desarrollo de la confianza, confirman su experiencia del mundo como un lugar predecible y de confianza y le dicen que está seguro y a salvo.

Nelsen, Erwin i Duffy, 2018

HACED A VUESTROS HIJOS E HIJAS PARTICIPES DEL PROCESO

En función de su edad podéis...

Preparar juntos todo aquello que necesite para la escuela. Puede escoger él o ella mismo algunos utensilios a su gusto: mochila, botella de agua, etc.

Visitad la escuela.

Contad cuentos que aborden esta situación (podéis encontrar opciones al final de este dossier).

Si os han proporcionado algún material audiovisual (videos, tríptico con imágenes...) de familiarización, compartidlo con ellos tantas veces como os lo pidan los niños/as.

ACTITUDES Y ANTICIPACIÓN

La anticipación, es decir, saber qué pasará y como, en qué circunstancias, qué podemos esperar... es una estrategia de afrontamiento. Pero es importante no confundir anticipar con "monopolizar" el tema del inicio de la escuela (repetir en exceso, generar presión...). A veces las familias tenemos actitudes que obstaculizan la adaptación de los pequeños. Por ejemplo, durante las semanas anteriores a su incorporación infundimos miedo: "si haces esas cosas en el cole te castigarán"; o comentamos el paso en la escuela infantil o en el colegio con lástima: "es que es tan pequeño...". En ambos casos los niños y niñas sienten que los dejan en un lugar que no les conviene y se niegan a aceptarlo.

Positivizad la entrada en la escuela infantil: "es un lugar divertido, podrás jugar con otros niños y niñas, aprenderás mucho..."

Proporcionad información siempre que el momento sea significativo: os pregunte vuestro hijo/a, paséis cerca del cole, necesitéis conseguir algún material...

Informad a vuestro entorno más próximo para que mantenga las mismas actitudes.

PRIMER DÍA EN LA ESCUELA INFANTIL

QUÉ PODÉIS HACER ANTES?

Describir con claridad y sinceridad (adaptando el mensaje a su capacidad de comprensión) paso a paso todo lo que ocurrirá. Buscad un momento tranquilo donde pueda existir la escucha: "Hoy es un día importante, vamos a la escuela infantil. Primero desayunamos juntos/as, andando llegaremos al cole y...".

Validar sus sentimientos, respetar sus reacciones: es lícito que tenga miedo. Reconocer es más importante a veces que solucionar. "Es normal que tengas un poco de miedo, es una situación nueva."

Tratad de divertirlos por el camino, la risa ayuda a eliminar el estrés y ayuda a relacionar la experiencia como positiva.

Soto, García y Moya (2020)



ESTRATEGIAS:

OBJETOS TRANSICIONALES: Son objetos que algunos pequeños necesitan porque los mantienen unidos a sus referentes, suele tratarse de objetos suaves que responden a la necesidad de vínculo, que le recuerdan los brazos o el pecho de su madre (ejemplo: peluche, manta "doudou"...). Estos objetos tienen un olor especial; el niño los elige y le gusta mantenerlos cerca de él, le ayudan a controlar la ansiedad por la separación. Si vuestro hijo/a los necesita, no olvidéis comentarlo a la educadora/maestra. No es un juguete cualquiera ni un capricho.

UN CORAZÓN EN LA MANO: Esta estrategia es un recurso de Sara Noguera (2022) para alumnado con cierta capacidad de comprensión. Pinta un corazón en la mano de tu hijo/a y otro en tu mano (con un rotulador que dure) y explícale que cada vez que te eche de menos puede estrechar con fuerza el corazón de su mano. Explícale que al hacerlo tú lo sentirás y le mandarás mucho amor estrechando el que tienes pintado también. Podéis ensayar esta estrategia previamente, es decir, que estreche el corazón y tú lo "sientes", mostrándote implicada/implicado.

Podemos continuar ofreciendo este recurso hasta que lo necesite. También podemos adaptarlo: cambiar el dibujo (sin olvidar que tiene que ser el mismo dibujo en la mano del niño/a y madre/padre), etc.

PARTICIPACIÓN EN EL AULA DURANTE EL PROCESO DE ACOGIDA /ADAPTACIÓN

Si vuestras circunstancias familiares lo permiten y la escuela infantil ofrece la posibilidad, es recomendable que acompañéis a vuestros hijos e hijas en los nuevos espacios al menos los primeros días. Esto les permite descubrir una nueva realidad acompañado por la seguridad de la presencia de los padres/familiares el tiempo necesario para el pequeño/pequeña o todo aquello posible para las familias.

Para optimizar el proceso, seguid las indicaciones que os proporcione la maestra o educadora.

EL MOMENTO DE DESPEDIRSE (PRIMEROS DÍAS)

No os marchéis a escondidas (sin que os vea) puesto que puede vivir la situación como un abandono e incrementarse así su inseguridad. No podemos engañar a los niños, puesto que esto comportará una falta de confianza para otras ocasiones.

Tampoco es aconsejable alargar demasiado el momento de la despedida, no tenemos que permanecer con él/ella hasta que deje de llorar, si nos quedamos lo único que conseguimos es que llore más para retenernos.

Se trata de despedirnos con afecto, explicar que nos vamos y cuándo volveremos concretamente (ejemplo: después de la comida), quién los recogerá, los planes que haremos después... puesto que saber qué ocurrirá les dará seguridad (anticipación, de nuevo), tal y como nos propone Coma (2020).

Si al dejarlo en el la escuela infantil llora, aceptaremos su llanto como una manifestación normal de incertidumbre ante aquello desconocido. Nos despedimos manteniendo la calma, sin prometerle regalos (si compensamos, generamos la idea de que necesitamos hacerlo porque le está sucediendo una cosa mala), sin engañar diciendo que haremos un encargo... Le damos un beso, agradecemos a la educadora/maestra el trato, deseamos que lo pasen bien y nos marchamos.

Si recibe el mensaje de que su familia trabaja, o realiza su propio proyecto mientras él realiza el suyo, si ve que no lo engañáis y que tenéis confianza en las personas con quienes se queda, antes integrará el cambio que se está produciendo.

EL MOMENTO DE LA RECOGIDA (PRIMEROS DÍAS)

Siguiendo las ideas de Soto, García y Moya (2020):

Llegad puntuales, si no les generaréis incertidumbre o inseguridad.

Al recogerlos abrazadlos y decidles que los habéis echado de menos, positivizad el momento y disfrutad de todo el tiempo que podáis juntos (pero no centráis la conversación en si les habéis echado de menos, recordad, se trata de acompañar y validar la emoción sin intensificarla).

En función de la edad de la niña/o también podéis preguntarles cómo ha ido el día y mostrar atención y escucha activa a sus explicaciones.

Mantened la calma: Si el acompañamiento adulto se manifiesta con nerviosismo se INTENSIFICA su miedo, su inseguridad, su propio nerviosismo... Si el acompañamiento se centra en un lenguaje verbal que calme, que asegure el entorno y que genere confianza, la intensidad emocional podrá remitir despacio.

Cuidad de vuestra comunicación no verbal: en la recogida, la conducta verbal (todo aquello que decimos) como la no verbal (gestos, miradas, etc.) del adulto afecta al proceso emocional del alumno/a. Especialmente la conducta no verbal, es decir, lo que transmitimos es más importante que lo que decimos.

Acompañad emocionalmente (siguiente apartado)

Proporcionad estas indicaciones a la persona encargada de recogerlo si no sois vosotros.

ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL

Cada niña y niño, vive las primeras separaciones con diferentes respuestas. Hasta que se adaptan, algunos niños y niñas reaccionan con regresiones (se vuelven a hacer pis por la noche, no quieren dormir solos...) otros están más caprichosos, pueden mostrarse más agresivos, tener rabietas o pesadillas.... Buscan una conexión segura.

Independientemente de la emoción, nuestra respuesta puede mantenerse estable: el ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL.

ENTENDER LA CREENCIA QUE HAY DETRÁS DEL COMPORTAMIENTO:

Conectar con las vivencias personales que cada niño/a esté experimentando con el reto que supone la entrada en la escuela infantil es comprender que su conducta no es personal, sino una petición de ayuda.

Es crucial establecer siempre una conexión emocional con los niños/as antes de que intentemos resolver algún problema: conexión antes de que corrección.

2 ESCUCHA Y OBSERVACIÓN ACTIVA:

Los niños constantemente están enviando mensajes no verbales, es decir, sus expresiones faciales, sus gestos y su conducta aportan pistas a los adultos sobre cómo se sienten. Por ejemplo una niña de 18 meses no puede decir "estoy frustrada", pero gritará, echará juguetes al suelo, etc. Podríamos responder así "ya veo que estás enfadada porque...".

Una vez que los sentimientos del niño/a tengan nombre y estén validados y entendidos se sentirá mejor. Se trata de aportarles "pistas" para ayudarles a establecer la conexión entre cómo se sienten y que están haciendo. Es posible que en ese momento no siempre escuchen o respondan a nuestras palabras, la comprensión real lleva tiempo, pero nunca es demasiado pronto para empezar (Nelsen, Erwin y Duffy, 2018).

ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL (CONTINUACIÓN)

VALIDAR O LEGITIMAR EMOCIONALMENTE:

Los pequeños y pequeñas tienen razones para sus sentimientos, incluso cuando no saben conscientemente cuáles son esas razones. Cuando hablamos de validar o legitimar las emociones nos referimos a aceptar y permitir la expresión de esta emoción.

Todo lo que sentimos es legítimo. Empezad por enseñar a vuestro hijo/a que sus sentimientos siempre son buenos pero que en cambio algunas acciones no lo son.

Ejemplos:

“Es normal que estés enfadado en esta situación, pero no está bien golpear”.

“Entendemos que tengas miedo, ¿cómo podemos ayudarte?”

“No llores, no es para tanto”.

“Si paras de llorar te compraremos...”.

PROPORCIONAR MANERAS APROPIADAS DE EXPRESAR SENTIMIENTOS:

Podemos ofrecer conductas alternativas a esos comportamientos, es decir, salidas físicas para la energía emocional. Ejemplos: respirar profundamente, escuchar música suave, observar una “botella de calma”, pintar, correr, saltar y dar palmas, abrazar, etc. Y observar el resultado, a veces golpear almohadas, gritar... les funciona pero en algunos niños esta estrategia intensifica la ira.

ESTABLECER UNA HISTORIA O NARRATIVA:

El último paso consiste en explicar a nuestros hijos lo que ha ocurrido de forma que con esa narración se explique bien y comprenda lo que ha sentido, notado, pensado y hecho. El objetivo es transformar la experiencia en aprendizaje, que lo integre de manera adaptativa. Cuantas más veces les contemos a nuestros hijos la narrativa de lo ocurrido (siempre que sea significativo, nos pregunten...) con esos cuatro elementos (sensaciones, emociones, pensamientos y acciones) mejor.

En función de la edad también podemos pedirles que lo expliquen ellos a su manera y con nuestra ayuda a otros familiares y amigos (Guerrero, 2018).