

Adaptación del niño al entorno escolar

Imaginemos el siguiente ejemplo:

Nos hemos ido, a un país extranjero, donde nunca habíamos estado, no lo conocemos, no sabemos movernos en él, es diferente, las personas que están allí son desconocidas para nosotros. Además de todo esto, nuestra pareja, nuestro mejor amigo... al que queremos y en quien confiamos plenamente, nos deja solo en ese lugar del que no podemos salir, en el que no queremos estar, nosotros adultos, maduros, razonables... ¿Cómo nos sentiríamos? Seguramente abandonados, nuestra ansiedad y rechazo a la situación, haría que algunos respondiéramos con tristeza, otros con agresividad, falta de apetito, problemas de sueño, irritabilidad... Pero el caso es que al rato nuestra pareja, nuestro amigo vuelve a recogerlos, ¿Cómo respondemos ante él?

Posiblemente algunos con agresividad, otros con tristeza, comiendo mal... las reacciones son diversas. Pero ahí no acaba la cosa resulta que al día siguiente vuelven a dejarme donde no quiero estar... y así todos los días. ¿De que nos extrañamos? ¿no es acaso normal las reacciones de nuestros niños? Tenemos y debemos entenderlos, nosotros los padres y educadores no podemos ignorar estas situaciones, pensando que ya se les pasará. Pasemos a entenderlos y comprenderlos, conozcamos cuales son los dos mecanismos que se ponen en marcha durante la adaptación.

A lo largo de la vida las personas debemos enfrentarnos a nuevas situaciones continuamente. Esto mismo ocurre en el caso de los niños pequeños. La diferencia está en que los pequeños no saben que es lo que está ocurriendo y reaccionan con conductas tales como llanto, sujetarse fuertemente a la pierna de su padre o esconderse tras la madre buscando seguridad ante lo desconocido, mientras que los adultos sabemos que es una situación normal, y lo que está causando la ansiedad es la novedad de esta.

Esto lo aprenderán los niños según vayan evolucionando y habituándose a que la vida se desarrolla en numerosos ambientes.

Cuando un niño llega por primera vez a una escuela infantil en la mayoría de los casos, sólo conoce su ambiente familiar, y sacarle de éste puede suponer para él una situación negativa por ser desconocida y novedosa.

Ante esta nueva situación podemos encontrarnos, principalmente con dos tipos de reacciones en el niño:

MIEDO A LOS EXTRAÑOS



El miedo a los extraños no es negativo, sino que es un proceso de adaptación cuya finalidad es proteger al niño de posibles daños. Ocurre con mayor frecuencia entre los siete y once meses de edad, desapareciendo a partir de los dos tres años.

Si yo me acerco a un niño de tres, cuatro, cinco... meses de edad y le digo cositas agradables, el niño no muestra ningún recelo incluso dependiendo de su carácter se ríe, mueve las manos y pies en señal de alegría... es decir a pesar de que soy una extraña para el niño, este no muestra inseguridad, incluso hasta puedo decirle que se venga conmigo, alargar los brazos y el niño con total normalidad, está en mis brazos, más feliz que unas castañuelas..

Pero probemos ha hacer esto con un niño de 12 meses de edad y ¡verás lo que ocurre!, con mucha frecuencia el niño muestra desconfianza, se pone serio, su postura corporal se dirige hacia los padres, y si le decimos que se venga en brazos con nosotros, pues como, que no está por la labor. El MIEDO A LOS EXTRAÑOS HA APARECIDO.

Entonces el trabajo de los educadores y padres es evidente, debemos conseguir lo antes posible, que el profesor deje de ser un extraño para el niño, para conseguirlo este tiene que: sonreír, acariciar, abrazar, besar, jugar...

Algunos padres y educadores optan por una aptitud pasiva hacia el lloro del niño, consideran que es el proceso normal, y ya se les pasará. En parte llevan razón, pero los adultos podemos conseguir con nuestra actitud que el proceso sea más rápido y el niño se sienta antes feliz en la escuela.

Muchos niños cuando están en proceso de adaptación, rechazan no solo a los educadores, sino a todo lo que provenga de la escuela, y lo que suponga quedarse en ella: no se quieren quitar el abrigo (supone quedarse), no quieren ningún juguete, no quieren los besos de los profesores, no participan en las actividades... todas estas actitudes hay que

respetarlas y aceptarlas como normales, pero hay que intentar siempre implicar al niño. Hay que ofrecerles juguetes y si no los acepta, admitirlo. Hay que acariciarlo aunque no responda a ello. Intentar implicarlo en las tareas de aula, y permitirle no participar si no lo desea... Es decir una actitud activa, pero de respeto a su adaptación, todo irá cambiando poco a poco.

ANSIEDAD ANTE LA SEPARACIÓN DE LOS PADRES

Generalmente ocurre entre uno y seis años de edad. Este temor se denomina "ansiedad de separación" y hace referencia a las protestas del niño ante la marcha de alguno de sus padres, el nerviosismo ocasionado por su ausencia y a la ansiedad anticipada por la previsión o anticipación de su marcha.

Al igual que el miedo a los extraños, esta ansiedad es un mecanismo protector heredado que defiende al niño de los peligros de los primeros años de vida.

Es decir cuando el niño llora, se esconde detrás del padre, se agarra a la pierna de la madre... no es por la escuela infantil o colegio en sí mismo, sino por lo que esta situación conlleva: encontrarse en un lugar extraño con personas extrañas y además anticipar que va a separarse de sus padres, que sus padres se van a marchar y le van a dejar allí ¿y si no vuelven? Nosotros sabemos que si van a volver, pero ellos seguramente piensan ¿si han sido capaces de dejarme aquí, van a volver?

Es muy importante que los padres no reforcemos la postura del niño accediendo a sus súplicas de quedarse, ya que esto solo serviría para intensificar la protesta en la siguiente ocasión en que sea necesaria la separación.

Es fundamental que los padres no mostremos tristeza o preocupación, no cogerle en brazos, alargar la separación, los padres debemos explicar brevemente y de forma cariñosa que nos vamos a casa o al trabajo y que más tarde volveremos a buscarle.

Es frecuente que los padres observemos retrocesos evolutivos, es decir puede que el niño se orine cuando ya lo controlaba, alegue molestias físicas (dolor de estómago, cabeza, vómitos...) o tenga rabietas justo en el momento de salir de casa para ir a la escuela. Debemos aconsejar a los padres no estimular o fomentar esas conductas, no se las debe prestar excesiva atención, ya que si no, esto favorecerá su repetición en los siguientes días.

Incluso los padres vemos como el niño ha comenzado a tener pesadillas y se despierta llorando. En este caso es aconsejable acudir al cuarto del niño, tranquilizarle y después que vuelva a dormir. Debemos salir de la habitación cuando el niño todavía esté despierto porque sino crearíamos un mal hábito de sueño.

Es de esperar que en dos semanas aproximadamente el niño conecte con los educadores y profesores dejándolas de ver como extraños para pasar a verlos como nuevas personas que forman parte de su nueva vida. Por lo que el temor a los extraños quedaría resuelto en la situación del centro escolar.

También es de esperar que en ese tiempo desaparezca la ansiedad a la separación de los padres, porque el niño comprenderá que esa separación es solo temporal, que sus padres le dejan en la escuela por la mañana con unas personas a las que ya conoce y aprecia, para más tarde pasar a recogerle y llevarle a casa. Es decir, aprenderá que es una situación cotidiana, que es algo habitual y agradable.

En conclusión, que el niño llore o proteste los primeros días de la escuela es algo adaptativo, ya que intenta protegerse de posibles peligros.

PAUTAS A PADRES Y EDUCADORES/PROFESORES PARA FACILITAR LA ADAPTACIÓN DE LOS NIÑOS A LA ESCUELA INFANTIL

1.- No hablar delante los niños de las ventajas que tiene para los padres su ingreso en el centro escolar (mamá y papá no te podemos/pueden cuidar porque tienen/tenemos que trabajar, el tiempo libre que se tiene cuando se le deja en la escuela...)

2.- Hablarle en casa en términos positivos de lo que se hace en la escuela (allí se canta mucho, tienen muchas películas, muchos juegos...). Demostrarle desde la escuela lo positivo y divertido que puede ser ir al centro escolar.

3.- Cuidar el mensaje no verbal que se trasmite a los niños desde los padres y educadores (expresiones de resignación ante sus lloros, lágrimas por separarnos del niño, gestos y comentarios de desconfianza hacia los educadores o padres). Los padres y educadores cuando hablen deben mostrar confianza, seguridad, "como si se conocieran de toda la vida" pues esto también trasmite al niño confianza y seguridad en la escuela.

4.- Se aconseja si es posible traer al niño desde el primer día por su propio pie y sin prisas, portando él mismo su cartera y con ropa cómoda.

5.- Los padres deben permanecer en la entrega del niño solo el tiempo necesario para darle un beso, la despedida debe ser firme, rápida y sonriente. Si se tiene que comentar algo (por parte de los padres o el educador) se aconseja que esta charla se mantenga con el niño ya dentro.

6.- Hay que interesarse y valorar todo lo que el niño ha hecho en la escuela y sus relaciones infantiles. Igualmente si el niño empieza a contarnos acontecimientos de casa le escuchamos con suma atención.

7.- Se recomienda que haya intercambio de trabajos realizados en casa y en la escuela para fomentar la relación entre ambos ambientes.

8.- Se aconseja mostrar a familiares y amigos los trabajos y nuevos aprendizajes que el niño realiza en la escuela.

9.- Es positivo que los niños tengan también contacto con sus compañeros fuera de la escuela. Las fiestas infantiles y los parques son de gran ayuda.

10.- Fomentando la independencia y autonomía del niño en el aseo, vestido, alimentación, juego... disminuye su apego a los adultos, y se evita al menos parcialmente la ansiedad ante la separación.

11.- Es importante la asistencia diaria de los niños al centro. Tened en cuenta que al principio pueden idear todo tipo de "tretas" (rabieta, vómitos,...) para saltarse ese día su asistencia a la escuela. No dejéis que se salgan con la suya, obstaculizando su adaptación. De la misma forma es importante respetar los horarios regulares del centro, eso crea "orden" en ellos, y el orden (sin excesos) es seguridad.

12.- A los padres transmitiros que no permitáis retrocesos evolutivos, si el niño comía solo debe seguir haciéndolo, si ya no usaba chupete no debemos dárselo de nuevo, si se dormía solo, debe seguir haciéndolo. Hacer este tipo de concesiones, no ayudará al niño en su adaptación muy al contrario, fomentará su inseguridad, y además creará problemas posteriores, que los padres tendremos que solucionar.

13.- Un niño siempre necesita atención y sentirse amado, esta situación que provoca en el niño inseguridad, fundamentalmente se combate con más besos, abrazos, juego, risas... de lo habitual.

14. Hasta ahora hemos hablado de cómo intentar que la adaptación de nuestros hijos sea más corta y sencilla, y también conocer mejor el porque de sus reacciones, pero todavía nada se ha dicho del miedo, desconsuelo, tristeza, nerviosismo, desazón, sentimientos de culpa, preocupación... que sentimos los padres cuando nuestros hijos lloran, nos ruegan, nos suplican con cara de desesperación que no les dejemos en ese lugar. Lo que sentimos cuando literalmente nos los tenemos que despegar de nuestras piernas, arrancándolos de nuestro lado, cuando nos piden ayuda y no se la prestamos. Lo que sentimos cuando vamos a recogerlos y no nos miran, están enfadados, o tristes, apenas comen, vomitan, tienen pesadillas... a todos vosotros mi admiración por la valentía y el coraje que supone enfrentarse a estas situaciones, haciendo lo que hay que hacer un día tras otro, para que luego digan que los padres no estamos hechos de otra madera.

Y cuando la adaptación se hay producido...

Los padres debemos recordar la siguiente idea:

No porque un niño se quede contento al llegar a su centro escolar quiere decir que nos quiera menos o pueda prescindir de nosotros. Cuando esto ocurre, significa que sus padres están haciendo de su hijo una personita independiente y segura de si misma, capaz de querernos todavía más por ello.