



## ¿Cómo se puede favorecer el período de adaptación?

### Antes de venir a la escuela:

- Tener una actitud positiva hacia la escuela. Los niños captan nuestros miedos y dudas. Por eso, es importante que estéis convencidos que llevar a vuestro hijo/a a la escuela es la mejor opción que tenéis para el/ella.
- Es importante que los progenitores les vayan hablando acerca de dónde irán y de las cosas que harán en la escuela.

### Una vez comienza la escuela:

- Cuando nos hemos de despedir de nuestras criaturas lo hemos de hacer de manera clara y breve. No ayudamos a tranquilizarlos alargando un rato más la separación con la madre/padre o familiares.
- Cuando nos despedimos, el niño/a ha de percibir que estamos tranquilos y contentos de dejarlos en la escuela. Evitar llantos y angustias delante de ellos. Es normal que el niño/a durante los primeros días o semanas no quiera separarse de los padres y llore o se agarre a ellos.
- Es importante que no os vayáis escondidos. Puede ser que el niño/a llore, pero poco a poco entenderá que más tarde lo vendrán a buscar.
- Es importante que la asistencia sea lo más regular posible para facilitar su integración dentro del grupo y la escuela.
- Es conveniente que seáis puntuales en la entrada y salida a la escuela infantil. Entrar en una clase donde la actividad ya ha empezado y perderse el ritual de entrada hace más difícil la integración en el grupo. Esperar que los vengan a buscar viendo que sus compañeros se van les provoca angustia.
- Es conveniente no introducir cambios cuando el niño/a debe entrar a la escuela como puede ser la retirada de pañales o del chupete, dormir solo o cualquier otra situación a la que el niño/a no esté acostumbrado. No hemos de olvidar que todos los cambios, por pequeños que pueda ser, pueden afectar al niño/a y puede crear en el/la más ansiedad.

Durante el período de adaptación se pueden presentar algunos cambios y/o trastornos fisiológicos como diarreas, décimas, pérdida de apetito, sueño... Esto no se ha de vivir con angustia, ya que rápidamente se normalizará