General | | Actualitzat el 05/09/2023 a les 07:00

El teu fill/a comença I3? Claus i consells per una bona adaptació a l'escola

Plora quan el deixo a la classe... Està nerviós/a i irritable per les tardes... Sento angoixa i tinc dubtes de si està anant bé... Tot això és normal i t'expliquem com sostenir-ho

[inicicentrareport]Començar **I3** suposa obrir una **nova etapa** en la vida de les criatures i les famílies amb tot el que això comporta. **Canvi d'escola**, de projecte educatiu, de rutines, de grup i de mestres. Tot plegat en un moment en què els infants són molt conscients dels canvis. És per a tots, criatures i adults, una gran transició que pot donar peu a angoixes, pors i inseguretats. Per això és important tenir alguns recursos per afavorir una **adaptació positiva** i ajudar a crear un **vincle sa** amb la nova escola.

L'educadora infantil, **Marta González**, ens dona alguns consells per gestionar-ho.

Als adults:

[GotaVerdaPle] El primer i més important que podem fer els adults és deixar de banda qualsevol **expectativa** sobre com ha de ser el procés. Abandonar creences i pensaments de l'estil: si plora és que no està adaptat, el seu germà/na no havia plorat mai, etc. **Cada infant és un món** i els adults hem de viure cada adaptació de manera única i especial.

[GotaVerdaPle] **Acceptar i deixar fluir** el que expressin els nostres fills, sense forçar situacions o emocions. "Ara ja ets gran i no cal que ploris", "tornaré aviat", etc. Tardaran més o menys a crear el vincle amb la nova escola, alguns/es ho expressaran més amb plors cada vegada que ens separem o enrabiades, i d'altres de manera més indirecta amb regressions, canvis en la gana o el son, o fins i tot malestars físics. Però tot això passarà i cal confiar-hi.

[GotaVerdaPle] És important que predomini en l'adult una posició positiva, de **confiança i seguretat** en l'equip educatiu i en el projecte, així com en la capacitat de l'infant de gaudir i créixer en aquest nou espai.

[GotaVerdaPle] I alhora acceptar que com a adults també podem sentir **inseguretats o angoixa**. És la manera que els nostres fills també integren que **no tenen perquè ser perfectes**. Que tot el que s'expressi i sorgeixi estarà bé. Primer s'ha de viure-ho per poder-ho comprendre i transformar. I sobretot perquè les criatures perceben aquesta incoherència perquè ens noten nerviosos o tensionats sense entendre el perquè.

[noticiadiari]96/628[/noticiadiari]
En els infants:

[GotaVerdaPle] No anticipar gaire el canvi d'escola, no cal fer el compte enrere però tampoc amagar-ho fins el dia abans. El més recomanable és fer-ho el més natural possible i aprofitar alguna excusa, per exemple, haver de comprar una motxilla o una bata per parlar-ne i fer partícip el nostre fill/a del procés. Podem demanar-li la opinió a l'hora de fer la tria i enfocar-ho des d'un punt de vista més motivador: pots triar això, escollir això altre...

[GotaVerdaPle] És positiu, alguns dies abans, començar a **ajustar horaris i rutines** per arrencar

amb les piles carregades i no engegar amb necessitats bàsiques desajustades.

[GotaVerdaPle] Si a la seva classe o escola hi ha algun infant que coneix, també és aconsellable esmentar-ho però **no cal tampoc forçar el vincle** abans de l'inici de curs perquè se'n crearan també de nous a la classe.

[GotaVerdaPle] Si la criatura no coneix l'espai, es pot proposar d'**anar a veure l'escola**, l'exterior, fer el camí que recorrereu quan hi aneu o simplement aprofitar per mostrar-lo quan hi passem per davant.

[GotaVerdaPle] També pot ser molt positiu buscar **estratègies** divertides o engrescadores, entrant al món de la imaginació, per poder gestionar el moment de **separació** o la falta de l'adult. Fer una abraçada abans d'acomiadar-se, dibuixar-se un somriure i un petó a la mà, tenir algun penjoll o una polsera que haguem preparar junts a l'estiu que els ajudi en la separació, etc. Es pot fer amb anterioritat o durant el procés si veiem que li està costant adaptar-s'hi. Qualsevol iniciativa en què s'hi sentin partícips els pot ajudar, així com també portar alguna objecte si fan migdiada com un nino o un coixí...

En general és important saber que l'adaptació és un procés en el qual **hem de ser presents**, en cos i ànima, perquè quan ens separem estiguin carregats d'aquests moments compartits a casa.

També és fonamental **posar paraules** a allò que sentin o observin, i **legitimar-ho**. Fer-los saber que és normal i natural que ens trobin a faltar, que estiguin més nerviosos, que plorin, etc.

I no tenir pressa. Pot haver-hi situacions més difícils de sostenir, però si els transmetem que volem que passi ràpid sentiran rebuig al que estan vivint i estaran encara més angoixats.

Molta **paciència, empatia i amor** perquè passarà i arribarà un moment en què se sentiran segurs i vinculats a l'escola i serà per a ells/es una segona casa.

[ficentrareport]