

EL INICIO DEL CURSO

Nuevos horarios, reorganización, compras de libros, uniformes, matrículas en actividades extraescolares, madrugones... muchos son los cambios a los que una familia se debe enfrentar a la vuelta de vacaciones, cuando llega el temido (pero a veces tan deseado) inicio del curso escolar. Desde el Centro de Terapia Infantil AYTONA queremos hacer llegar a nuestras familias algunas claves que pueden hacer que este período del año no se convierta en una batalla en casa.

Con respecto a los hábitos y horarios de los más pequeños de la casa. El inicio de la escuela implica la reorganización del calendario semanal familiar. Dependiendo de la edad de nuestros hijos, es conveniente utilizar los primeros días de septiembre para ir introduciendo pequeños cambios que vayan habituando al pequeño a la nueva etapa que se acerca. Hablar con ellos sobre lo que va a ir ocurriendo tras el inicio del curso, comentar las actividades que van a realizar en el aula incluso, si ya conocemos el nombre de los profesores (o profesora) de nuestro hijo, hablar con naturalidad sobre el futuro papel que va a desempeñar en la vida del pequeño, puede ser muy conveniente a la hora de prepararles para el inicio del curso.

En algunas ocasiones, el propio centro nos permite visitarlo con anterioridad a la fecha de inicio del curso, lo que es muy aconsejable, ya que darse un paseo por las instalaciones del nuevo colegio de la mano de mamá y papá aporta a los niños seguridad a la hora de enfrentarse solo a ese nuevo espacio físico.

Los madrugones también suelen ser motivo de conflicto en muchas familias, por eso los expertos aconsejan ir modificando la hora de acostarse y levantarse durante las primeras semanas de septiembre hasta ajustarse al horario que vuestro hijo va a seguir para que la vuelta al cole sea más tranquila y llevadera. La misma recomendación se puede aplicar a rutinas tales como la cena, el baño, etc.

Además, os recomendamos que invitéis a vuestros hijos a participar de las novedades que se van a introducir con motivo del nuevo curso escolar como por ejemplo, la compra de nuevo material, forrar juntos los libros, etc. La participación activa viene seguida de la implicación y familiarización de los pequeños con el material que manejarán durante el curso escolar.

Evitar las confrontaciones que se manifiesten en relación a la vuelta al cole es otra de las recomendaciones que queremos ofrecer desde el Centro AYTONA. Vuestros hijos deben tener claro que no es una cuestión

negociable, es un hecho inminente que además va a aportar multitud de aspectos positivos a la familia.

Apoyaros de los profesores durante los primeros días de adaptación. No olvidéis que son profesionales de la educación y que pueden ofrecernos pautas muy pertinentes en casos de dificultades iniciales. En el caso de que las dificultades de adaptación continuaran en el tiempo, os recomendamos acudir a un especialista.

Con respecto a la relación de pareja y con nuestros hijos. La incorporación a las nuevas rutinas de cara al otoño por parte de todos los miembros de la familia supone una época de estrés que pueden derivar en dificultades en la comunicación familiar. Poner en marcha técnicas que nos permitan una convivencia más ajustada puede hacer que el inicio del curso y la incorporación al puesto de trabajo por parte de papá y mamá no se convierta en un infierno.

Es muy aconsejable practicar la escucha activa con nuestra pareja, participando ambos progenitores en la introducción de los cambios. Siempre nos gusta recalcar el papel de ambos progenitores, siempre que sea posible, en todo lo que implique la educación de los pequeños, ya que el papel de papá es tan importante como el de mamá en la educación de vuestros hijos.

Ofrecer a nuestros hijos un espacio de intimidad donde conversar acerca de este nuevo período les ayudará a solucionar sus dudas y expresar sus temores, lo que les aportará seguridad emocional ya que se sentirán más capaces de controlar la nueva situación, incluso de anticipar lo que va a ir ocurriendo a lo largo de las primeras semanas de adaptación.

Solo nos queda ofreceros nuestra orientación y apoyo en el caso de que lo creáis necesario y deseamos una feliz incorporación al nuevo curso que nos espera.

Patricia Ruiz Moral
Psicóloga Centro de Terapia Infantil AYTONA