

INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 82 (03/02)

COMIENZO DE LA ASISTENCIA A LA ESCUELA

Un momento significativo para los niños y los padres es cuando el niño comienza a asistir a la escuela. La escuela es un lugar distante del hogar donde el niño va a tener algunos de sus mayores retos, éxitos, fracasos y momentos vergonzosos. Debido a que la escuela está fuera del control de los padres, esto puede causarle estrés a ambos, el niño y los padres.

En la escuela el niño aprenderá cómo funciona el mundo acerca de las interacciones sociales apropiadas y acerca de las personas fuera de su familia. El va a aprender sobre sí mismo, sus fuerzas, debilidades, intereses y quién es él socialmente. El va a tener que actuar de una manera como nunca lo ha hecho en su hogar. El tiene que separarse de sus padres, enfrentarse a los retos sociales y académicos y hacer amigos.

El comenzar a asistir a la escuela puede ser divertido pero también puede causar estrés. Muchos niños muestran cierta ansiedad acerca de la escuela. Ello es especialmente cierto cuando el niño asiste a la escuela al comienzo de cada año escolar o cuando asiste a una escuela nueva. Un niño que ha asistido a una guardería (lugar de cuidado diurno) puede que se sienta más cómodo con el ritual diario de la separación. Estos niños pueden sentirse menos ansiosos durante los primeros días en la escuela pre-escolar, pre-kinder, o kinder.

Si los padres tienen sus reservas (ej: culpabilidad, temor o ansiedad) acerca de mandar su niño a la escuela, esto puede añadir al titubeo o renuencia del niño. La experiencia del niño al comenzar la escuela será influenciada por su preparación y por los sentimientos y actitudes de los padres.

Qué Pueden Hacer los Padres para Ayudar a su Niño:

- Muestre interés y déle apoyo y estímulo.
- Hable con su niño sobre qué debe de esperar—las actividades (siestas, meriendas y tiempo dedicado a cuentos), el horario, los juguetes y los otros niños.
- Lleve a su niño a la escuela para que se acostumbre al plano físico (dónde se encuentra su salón de clases, dónde quedan los baños, qué cubículo o gancho para el abrigo le corresponde etc.) y para presentarlo a la maestra.
- Hágale saber a su niño que es normal el sentirse nervioso o preocupado por estar lejos de sus padres y sugiérale que se lleve para la escuela un objeto familiar o un retrato de la familia.
- El montarse al autobús con un amiguito o el compartir la transportación con un amigo puede ayudar en la transición diaria desde la casa hasta la escuela. Identifique a un amiguito en la escuela que también pueda ayudar a disminuir la aprensión por estar solo en un lugar nuevo.
- Haga que el ritual de prepararse para la escuela sea lo más libre de estrés posible. Por ejemplo, prepárele todas sus libretas y ropa la noche anterior. Haga que el niño ayude con las preparaciones (ej: el preparar su merienda) durante la noche anterior de manera que ello reduzca el estrés para todos.

Comienzo de la Asistencia a la Escuela, “Información para la Familia” No. 82 (03/02)

Qué Debe de Hacer si su Niño Tiene Dificultades

- Si su niño tiene dificultad significativa con la separación, considere quedarse con él por un rato durante el primer y/o segundo día. Discuta dicho plan con el maestro. Según el niño se va sintiendo más cómodo, acorte su estadía hasta que eventualmente sólo usted se quede para ayudarlo a quitarse el abrigo, saludar al maestro y decirle adiós a usted.
- Manténgase firme con relación a la asistencia aunque su niño esté reacio.
- Al final del día escolar trate, de una forma u otra, de regresar cuando el niño lo espera; no lo haga esperar y preocuparse de que usted se olvidó de él.
- Si su niño tiene preocupaciones específicas sobre la escuela, déle seguridad y responda a sus preocupaciones. Hágale preguntas específicas: “Yo sé que algunas veces los niños le tienen miedo a la escuela porque no están seguros de dónde están las cosas, o porque ellos tienen problemas con el trabajo escolar, o con la maestra, o con un compañero. ¿Hay algo como eso que te preocupa a ti?” A menudo puede ayudar el admitir que cuando usted era niño le temía a algo en la escuela y que muchos niños tienen preocupaciones similares.
- Algunos niños puede mostrar regresión en algunos comportamientos tales como apegamiento, problemas al dormir, chuparse el dedo, mojar la cama y resistencia a regresar a la escuela. Estos comportamientos deben de ser temporeros y pueden ser ayudados mediante su aliento continuo y expectativas positivas.

Para algunos niños el comienzo de cada año escolar puede ser un poco agitado. El cambio es excitante, pero también puede asustarlos. Con su comprensión, paciencia y a veces con un pequeño empujoncito cuando lo necesite, su niño debe de tener una experiencia emocionante y valiosa de la escuela.

Ejemplos de Libros de Niños Sobre el Comienzo Escolar:

A veces puede ser beneficioso para los padres el leer junto con el niño libros apropiados para la edad sobre este tema.

- “**Timothy Goes to School**”: Rosemary Wells (Dial Books for Young Children)
- “**Will I have a Friend?**”: Miriam Cohen, ilustrado por Lillian Hoban (Macmillan)
- “**Today was a Terrible Day**”: Patricia Reilly Giff, ilustrado por Susanna Natti (Viking)
- “**The Kissing Hand**”: Audrey Penn (Scholastic, Inc.)

Para información adicional vea *Información para la Familia*: #07 Negarse a Asistir a la Escuela, #14 Mudanzas Familiares, #20 Cuidado Diurno (Guarderías) y #47 El Niño Ansioso.

Vea también: “**Your Child: Emotional, Behavioral, and Cognitive Development from Birth through Preadolescence**” (1998 Harper Collins).

###

El desarrollo de la serie Información para la Familia es un servicio público de AACAP (“American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”). Solicitamos su ayuda para poder aumentar la distribución de la serie; por favor, haga un donativo (deducible de impuestos) a “AACAP Campaign for America’s Kids”. Con su ayuda, usted respaldará el esfuerzo de abogar de manera compresiva y constante por los niños y adolescentes que padecen enfermedades mentales.

Por favor, haga su cheque pagadero a AACAP y envíelo a: AACAP *Campaign for America’s Kids*, PO Box 96106, Washington, D.C. 20090

La “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)” representa a más de 6,000 siquiátras de niños y adolescentes quienes son doctores egresados de una escuela de medicina, con por lo menos cinco años adicionales de entrenamiento en siquiatria general (adultos) y siquiatria de niños y adolescentes,

La Información para la Familia ha sido desarrollada y distribuída por la “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”. No se requiere permiso escrito para reproducir las hojas de uso personal o educativo, pero no se pueden incluir en material que se presente a la venta. Para comprar la serie de “FFF’s”, puede llamar al “AACAP Office Assistant” al: 1.800.333.7636, ext. 131