

ARTÍCULO PARA PADRES 135

Qué es y para qué sirve el período de adaptación

El ingreso al jardín, sea éste maternal o de infantes, requiere de un período de adaptación orientado a lograr la integración de los más pequeños a estos nuevos espacios.

¿Qué emociones, sentimientos o recuerdos se nos cruzan cuando evocamos algún período de adaptación?

Casi seguro que se entremezclan los dulces con los no tanto, los que nos sacan una sonrisa con los que nos ponen serios. Y es esperable que así sea, porque cada vez que enfrentamos una situación de este tipo, ponemos en juego la información con la que contamos sobre lo “nuevo”, los interrogantes que aún tenemos y las fantasías con las que llenamos esos espacios vacíos de información. Pero no debemos olvidar que salimos de ellas con un crecimiento interior y con una nueva experiencia.

¿Qué es el período de adaptación?

El período de adaptación es el proceso por el cual lo desconocido se transforma en conocido. Se trata de un espacio concebido para ayudar a los niños a integrarse en forma paulatina al nuevo espacio y a esta nueva etapa de sus vidas.

¿Cuáles son sus características?

Naturalmente, la adaptación tendrá diferentes características de acuerdo a las edades de los niños (no será igual para la sala de 2 años que para la sala de 5 años). Si bien sus características también varían en cada colegio, generalmente el período de adaptación comprende entre una y dos semanas, y los horarios de permanencia son pautados (una hora el primer día, un poco más de tiempo el segundo día y así sucesivamente hasta permanecer en la sala el horario completo). La primera semana es habitual que el adulto que acompaña al niño permanezca en la sala. Luego, aunque el horario continúe siendo reducido, el adulto ya no suele quedarse dentro de la sala.

¿Qué situaciones lo requieren?

Cuando un niño ingresa al jardín de infantes o al jardín maternal realiza un cambio muy importante, y mucho más si es la primera vez que sale de su hogar para pasar a un espacio desconocido, con adultos desconocidos y con otros niños en similar situación. Para el niño este cambio implica la salida de su entorno, donde desempeña un rol determinado en un espacio conocido que le brinda seguridad y en donde se siente protegido. Todo esto se le modifica dado que se le amplía su mundo de relaciones y de espacios a los que tendrá que ir adaptándose.

A veces también es necesario un período de adaptación al inicio de las clases (aunque el niño ya haya asistido al jardín anteriormente), al cambiar de jardín, al pasar de una sala a otra o de un turno a otro. Y los procesos serán diferentes ante cada una de estas diversas situaciones.

¿Para qué sirve el período de adaptación?

Según Piaget en la adaptación están siempre presentes la asimilación de lo nuevo y la acomodación de esto con lo que ya se tenía. Lo que busca la adaptación es la estabilidad entre ambas, la cual permitirá al niño aproximarse y lograr un ajuste dinámico con el medio. Aunque muchas veces pasar por este período parece ser doloroso, los niños disfrutan luego de la autonomía ganada, de la posibilidad de ampliar sus relaciones y de todo lo nuevo que se les ofrece en ese nuevo espacio. Entre otras cosas, aprenderán que los cambios no tienen por qué ser malos y esto les permitirá tener otra mirada frente al próximo. Suelen ser notables sus progresos en la forma de vincularse tanto con los adultos como con otros niños.

¿Quiénes deben acompañar a los niños en este período?

De ser posible, conviene que los primeros días los niños sean llevados y/o retirados del jardín por los papás o por alguien con un vínculo similar, para que se sientan acompañados y seguros ante el cambio.

Sería muy ingenuo pensar que los niños son los únicos que están atravesando el período de adaptación. Los docentes que los reciben también están frente a lo nuevo. Nuevas familias, nuevos alumnos, nuevas demandas. Ellos como profesionales y con la experiencia de haber atravesado esta etapa anteriormente, son los que brindan apoyo y seguridad a niños y familias. Y son las familias las que juegan el papel más importante en este proceso. Las que con su preparación para afrontarlo y su actitud pondrán su sello en el período de adaptación. En los períodos de adaptación los niños (al igual que los adultos al enfrentar situaciones similares) suelen estar más susceptibles y vulnerables. Los adultos debemos entonces acompañar, ofreciendo ayuda y comprensión, para que los más pequeños puedan sacarle provecho a esta etapa y desarrollar capacidades que luego pondrán en juego en otras situaciones. La confianza, la seguridad, la autonomía, la socialización, se construyen y es tarea de los padres acompañarlos y darles herramientas para esa construcción.

¿Cómo pueden los adultos ayudar a sus hijos en este proceso?

Es habitual que los padres sientan temor, ansiedad, inseguridad y sentimientos de culpa por la separación. Pero sería importante que, en la medida de sus posibilidades, trabajen estos sentimientos antes para que con su actitud puedan, en ese momento, transmitir seguridad y confianza. Para que el niño pueda superar la angustia de la separación, primero la deben superar los padres, y les será más fácil si confían en el equipo docente al cual le dejan por un tiempo determinado del día a sus hijos. Por eso, antes de llevar a nuestro hijo al jardín es conveniente informarse sobre todos los aspectos que para nosotros son importantes. Cuanta más información tenemos, menos lugar dejamos a las fantasías.

Además, para ayudar a sus hijos en este proceso, los adultos deben tener en cuenta aspectos tales como:

Tratar de no prolongar las despedidas para poderle transmitir al niño que sus padres están seguros de que eso es lo mejor para él, y que su partida no es opcional, o sea, que no piense que si llora o protesta podrá evitarla.

- Intentar no introducir nuevos cambios en esta etapa, como sacar el chupete o los pañales, cambiarlo de habitación, etc.
- Estimular los logros del niño en el jardín.
- Tanto en la despedida como en el reencuentro, mostrarse alegres y comprensivos pero seguros.
- Llegar siempre a tiempo para retirarlo.
- No perder la continuidad en la asistencia.

¿Qué dificultades pueden presentarse en este período?

Este período puede traer aparejados cambios de conducta en los niños. No todos se manifiestan de la misma forma. La mayoría llora, otros no, algunos se mantienen aislados, expectantes, como observadores silenciosos, y otros, después del primer impacto, se distraen y participan de las actividades que se les ofrecen. Hay tantas reacciones como niños, y cada niño a su vez va modificando y variando sus manifestaciones a lo largo del proceso de adaptación.

¿En cuánto tiempo debe lograrse la adaptación?

No debe perderse de vista que el período de adaptación es eso, un período, que no es para siempre. Y que cuanto mejor preparados estemos, más corto y más llevadero resultará. En general, la adaptación se logra en la primera o en la segunda semana. No obstante, es sumamente importante respetar la individualidad y los tiempos de cada niño.

Adriana Puppo
Profesora de enseñanza primaria
Psicóloga social
Gentileza Vacunar, Centro privado de Vacunación
www.vacunar.com.ar
info@vacunar.com.ar