

Consejos para afrontar la vuelta al cole



La vuelta al colegio puede ser un momento positivo, de reencuentros e ilusiones renovadas. Para lograrlo aquí tenéis unos consejos que os pueden servir de ayuda para afrontar con éxito la vuelta al cole de vuestro hijo/a:

- **Facilita una visión optimista de este nuevo periodo.**

El colegio es un lugar donde tu hijo/a puede relacionarse y divertirse con sus compañero/as, además de aprender y desarrollarse a todos los niveles como persona.

- **El camino al colegio**

Será un momento donde hablaremos de diferentes temas, con alegría y tranquilidad. Evita las prisas y las presiones.

- **La despedida**

Cuida el momento de la despedida especialmente los primeros días, intentando que sea breve y cariñoso. No prolongues la situación y actúa con serenidad. Tu hijo/a se queda en un entorno seguro, con personas que podrán cuidarle y así tiene que sentirlo.

- **Periodo de adaptación**

En la Escuela Infantil hay que preparar al niño mediante un periodo de adaptación. En este periodo, la madre, el padre, familiar cercano o figura de referencia, pasará un tiempo en el centro junto con el niño o la niña y los educadores. Es recomendable que tu hijo/a lleve consigo un objeto que le resulte familiar, que actuará como “elemento de transición” y le dará seguridad.

- **Cuando salga del colegio**

No te agarres a tu hijo/a “como un clavo ardiendo”. Más bien mantente cariñoso/a, sereno/a y preguntale qué tal le fue el día lo más agradable posible, y si llega el caso de posibles dificultades, esto servirá para generar espacios de confianza donde compartes con tu hijo/a sus anécdotas, además de mostrarte como un apoyo si lo necesita.



- **Ayúdale en sus nuevas rutinas**

de estudios y de horarios para levantarse y acostarse en los días previos al inicio del curso. Al igual que en los adultos, las rutinas hacen que se asimilen más fácilmente las nuevas situaciones.

- **Respetamos momentos de ocio para tu hijo/a**

Además del tiempo para sus tareas escolares y disciplina, es necesario que mantenga sus espacios para jugar, divertirse y relacionarse con otros niños/as. Las actividades en familia también son enriquecedoras, incluso como premio por un esfuerzo realizado.

- **Consensúa reglas y normas**

Para el uso de Internet, televisión, consola... teniendo en cuenta su edad. Durante vacaciones nos hemos relajado un poco más y este es momento de replantearlo y utilizarlo como refuerzo para premiar la realización de la tarea.

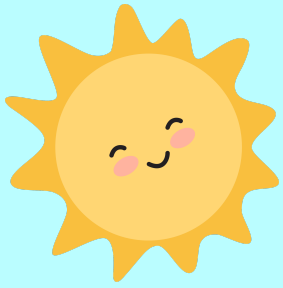
- **Prepara un espacio para el estudio y selecciona el material escolar**

Elige con tu hijo/a un lugar bien acondicionado, ordenado y cómodo, donde no haya demasiadas distracciones. Es útil que los días previos podáis escoger y preparar juntos el material escolar, respetando sus gustos y preferencias. Este sencillo gesto le ilusionará.

- **Mantén la vía del diálogo abierta con sus profesores**

Procura tener una actitud conciliadora y flexible ante sugerencias en beneficio de tu hijo/a. Esto facilitará que se muestren receptivos cuando necesitemos contar con su ayuda. Si no estás de acuerdo con alguna medida adoptada desde el centro con respecto a tu hijo/a, trata primero de obtener toda la información y nunca manifiestes tu queja delante de tu hijo/a. Hay que preservar siempre la autoridad de los profesores.





PÍDENOS AYUDA SI LA NECESITAS

Ayúdanos a que tu hijo/a conozca el **Chat/ Teléfono ANAR de Ayuda a Niño/as y Adolescentes 900 20 20 10**. Está atendido por psicólogo/as, apoyados por trabajadores/ras sociales y abogado/as. Atendemos las 24 horas, todos los días del año. Es una línea segura: anónima, confidencial y gratuita.

Tú como adulto, también puedes encontrar asesoramiento psicológico, social y jurídico en el **Teléfono ANAR de la Familia y los centros escolares 600 50 51 52**.

