



Consejos para una transición sin dramas

El inicio de la escuela es un momento importante en la vida de los niños y sus familias. Una transición bien gestionada puede marcar la diferencia en su bienestar emocional y académico.

Por **Carmen Tejedor**

La adaptación a un nuevo centro educativo marca un momento clave tanto para alumnos como para profesores y familias. "Es un periodo de transición y ajuste, especialmente para los alumnos que comienzan una nueva etapa educativa", señala Ana Gutiérrez, psicopedagoga de Elian's British School of La Nucía (Alicante). Este proceso está lleno de desafíos porque implica cambios en los horarios, actividades y responsabilidades. Establecer un ambiente cálido y de apoyo en el aula es fundamental para que los alumnos se sientan cómodos y motivados para aprender.

El inicio de curso

"Las primeras semanas son especialmente importantes para crear vínculos y establecer dinámicas de trabajo que promuevan la colaboración y el respeto mutuo. Es importante tener en cuenta que cada alumno vive la adaptación de manera diferente. Algunos pueden sentirse emocionados y con energía desde el primer día, mientras que otros pueden experimentar ansiedad o inseguridad frente a los cambios. En estos casos, es esencial que los niños puedan expresar sus emociones y recibir el apoyo necesario. Desde Elian's, tanto el Departamento Psicopedagógico como los profesores y otro personal del centro, estamos siempre dispuestos a apoyar a nuestros alumnos", explica la psicopedagoga Ana Gutiérrez.

El papel de las familias

Las familias juegan un papel crucial en este proceso.

Establecer una rutina en casa, que incluya tiempo para el estudio, el descanso y el ocio, ayuda a que se organicen mejor y mantengan un equilibrio en su día a día. "El acompañamiento emocional es igualmente importante, ya que sentirse comprendidos y apoyados por sus seres queridos les da la confianza para enfrentar los retos del curso escolar. Con una buena comunicación, apoyo emocional y ambientes positivos, tanto en casa como en el colegio, los alumnos se adaptan con éxito y aprovechan al máximo las oportunidades que se les presentan en el colegio", apunta la experta de Elian's British School of La Nucía.

Cómo preparar a los niños

- 1. Habla sobre la escuela.** Explica de manera positiva qué es la escuela, qué hará allí y cuántas nuevas experiencias vivirá.
- 2. Visita el centro.** Realiza visitas previas al colegio para que se familiarice con el entorno y el personal.
- 3. Establece rutinas.** Practica horarios similares a los escolares para facilitar la adaptación.
- 4. Elegid juntos el material escolar.** Involucrar al niño.
- 5. Fomenta la autonomía:** Enséñale habilidades básicas como vestirse o usar el baño solo.

Estrategias para gestionar el periodo de adaptación

- 1. Despedidas breves y positivas.**
- 2. Mantener una actitud tranquila.**
- 3. Respetar el ritmo del niño.**
- 4. Apoyarse en los docentes.**

