



CÓMO HACER DE LA VUELTA A CLASES UNA EXPERIENCIA POSITIVA

Ps. María Piedad Albornoz

Luego de varios meses en la casa, nuestros niños irán volviendo de manera gradual a tener clases presenciales en el colegio y jardín infantil. Esta vuelta supone un desafío importante para profesores, padres y niños, pues volvemos en un contexto de pandemia que implica el seguimiento de protocolos estrictos para convivir en un entorno seguro. La gradualidad del plan de retorno permitirá una toma de decisiones responsable para nuestra comunidad escolar, y nos permitirá anticipar a nuestros niños respecto a la nueva rutina y nuevas expectativas. Para hacer de la vuelta a clases presenciales una experiencia positiva que permita a nuestros niños seguir desarrollando su autonomía y confianza en sí mismos y en el entorno, es importante tomar en consideración algunos elementos.

A modo general, es importante poder hacer de la vuelta a clases un escenario lo más predecible posible para los niños, esto es, proveer un ambiente estructurado, con horarios determinados – como levantarse, almorzar, comer y acostarse a la misma hora todos los días – contemplando algunas mañanas en la casa y otras en el colegio/jardín. Es deseable anticiparles día a día lo que irá sucediendo, ojalá con un calendario visual que respalde la explicación verbal. También, es aconsejable ajustar las expectativas que tengan nuestros niños respecto a la nueva realidad. Esto significa poder ser claros

en cómo será un día en la sala de clases y qué pueden esperar en este nuevo escenario, destacando los beneficios y siendo explícitos con los posibles desafíos de esta nueva etapa.

Al respecto, cabe destacar que separarse de los padres para volver a clases, después de haber estado por meses 24/7 con ellos, es una experiencia que generalmente produce miedo e incertidumbre en los niños. Así, es esperable que ellos puedan manifestar estas emociones a través del llanto, irritabilidad, búsqueda de contacto físico, pataletas o de múltiples preguntas respecto al retorno a clases presenciales. Por esto, tal como se ha mencionado en otras instancias, es sumamente relevante poner atención a estas conductas e intentar traducirles a los niños lo que pueden estar sintiendo para darles seguridad. Esto significa poder validar y verbalizar todas las emociones que provoca el cambio de rutina y poder ofrecer contención a las dudas que aparezcan con explicaciones concretas. También, es importante poder enfatizarle a los niños que el tiempo que se pasará en el colegio es acotado y que después de clases, ellos volverán a pasar tiempo con sus papás y hermanos. En cuanto a las medidas de protección, es recomendable anticiparles que puede que sea difícil mantener la mascarilla durante la jornada escolar, o no poder abrazar a otros como nos gustaría, pero que los adultos los iremos apoyando para que este proceso sea llevadero.

Poder mostrar los beneficios que trae la vuelta a clases presencial cobra especial relevancia, pues queremos transmitirles a nuestros niños seguridad y confianza. En un artículo sobre la vuelta al jardín luego de las vacaciones, las psicólogas Florencia Badke y Carolina Rivera proponen mostrar los beneficios que tiene el jardín/colegio con expresiones como “en tu sala puedes ver y jugar con niños de tu misma edad”, “puedes aprender juegos y canciones nuevas” o “en tus clases podrás jugar con materiales que no tenemos en la casa”. Si bien estas frases fueron propuestas en un contexto sin pandemia, también pueden ser aplicadas en la actualidad para preparar este importante cambio en la rutina. Es deseable además, motivar a los niños mostrándole que ellos han ido aprendiendo muchísimo en la casa y señalando que llegó el momento de poder compartir estos aprendizajes con sus compañeros y misses de manera presencial y de poder seguir aprendiendo nuevas cosas. Ellos podrán comprobar que ciertas tareas que parecían muy difíciles a principio de año, ahora las logran con mayor facilidad. Para esto, se les puede invitar a pensar en las habilidades que han ido desarrollando, como por ejemplo el respeto de turnos, la responsabilidad o logros de autonomía (poner la mesa, lavarse los dientes o vestirse solo).

Motivar a los niños reforzando tanto los aprendizajes que han logrado como las dificultades que han enfrentado durante este tiempo, es importante. Cuando ayudamos a los niños a ver sus logros, haciendo hincapié en el proceso de aprendizaje (incluyendo errores y esfuerzo implicado), les transmitimos un mensaje de confianza hacia el desarrollo de sus propias habilidades. Esto es fundamental para construir un auto-concepto positivo que conlleve la creencia de que ellos pueden enfrentar desafíos y hacer ciertas cosas por sí mismos. Por esto, se recomienda dar a los niños responsabilidades adecuadas para su edad, que les permitan darse cuenta que ellos

pueden hacer cosas de manera autónoma. Ejemplo de ello puede ser el lavarse las manos con jabón cada vez que se entra a la casa, el sonarse con pañuelo y luego ir a botarlo, el ayudar a meter la ropa al lavado cuando se necesite o encargarse de dar alcohol gel a su familia cuando sea necesario. Éstos son ejemplos de actividades concretas y simples que promueven autonomía, responsabilidad y confianza. Cabe destacar, que cuando no se le da la oportunidad a los niños para que hagan este tipo de actividades simples por sí solos, les podemos estar transmitiendo un mensaje de desconfianza hacia sus propias habilidades, lo cual podría afectar en la manera en que se ven a ellos mismos.

Para los padres, la vuelta progresiva a clases presenciales también supone un cambio notorio en la rutina y expectativas, lo cual va de la mano con emociones como la alegría, alivio, el miedo, tristeza y/o preocupación. Por esto, es importante poder validar este sentir para luego transmitir a los niños un mensaje consistente de confianza hacia los protocolos definidos, que les permita a los niños comprender que serán cuidados en un entorno seguro.

Tal como se mencionó anteriormente, la vuelta a clases será un proceso gradual, lo cual permitirá ir cautelosamente tomando decisiones acertadas que nos ayuden a todos a desenvolvernos con tranquilidad. Será un proceso que conllevará diferentes cambios, etapas y emociones, por lo cual es importante ir reflexionando con nuestros niños acerca de su estado emocional para poder darles la seguridad y el apoyo que requieran en todo momento. En este sentido, la colaboración entre el colegio y las familias se hace fundamental. Debemos tener confianza de que este nuevo escenario abre oportunidades importantes para seguir desarrollando todo el potencial de nuestros niños de manera responsable, ya que “juntos nos cuidamos mejor”.

