

El calor va desapareciendo y el recuerdo de las vacaciones se aleja en las fotografías. Las vacaciones no solo han finalizado, sino que le damos la bienvenida a una nueva etapa del año, el otoño.

Una vez más poner énfasis en lo importante y necesario que es para los pequeños un cambio gradual. Por ello, hay que cuidar no pasar drásticamente de las 24 horas con la familia, a pasar con suerte las horas de las comidas.

Por ello y sin olvidar que es difícil conciliar la vida laboral y familiar, debemos responder a los horarios de trabajo y gastar la energía que a veces no nos queda para dar a los más pequeños una dosis de “escucha”, “juego”, “risas” y mucho “cariño”.

Siendo un apoyo para este nuevo comienzo de curso.

Insistir en realizar cambios gradualmente, ya que a través de este camino conjunto los cambios serán acogidos con actitud positiva. No se puede variar la fecha de comienzo del trabajo, ni del colegio. Pero si podemos ofrecer ratos para el ocio, que se vayan posteriormente ajustando a los quehaceres del trabajo y colegio.

Puede ayudar hacer planes de futuro, como por ejemplo, una tarde de cine, una salida en bicicleta el domingo, ... Planes que vayan a realizarse realmente, ya que sino, lo que conseguimos es la desconfianza hacia los progenitores y la desgana hacia el trabajo diario.

Cada día más, los pequeños y adolescentes muestran dificultades en las aulas, así como problemas de disciplina. Por ello, debemos poner normas accesibles y reales, que deban cumplir tanto en casa como en el colegio. Pautas que marquen el camino pero sin coartar su propia actividad, ni limite el descubrimiento de la realidad mas cercana.

Debemos tener presentes, que los niños/as reaccionan igual que los adultos ante los cambios: con nervios, ansiedad, miedos,... aunque lo exterioricen de forma diferente a nosotros.

Por ello debemos dedicar un tiempo diario a escucharles. Insisto, un tiempo y un lugar. Por ejemplo durante la comida o tras la ducha, en la mesa sentados o en el sillón. Y cumplir con este ritual diariamente. De esta forma, no olvidaremos demostrarles que para nosotros es muy importante su desarrollo; y conoceremos mas de cerca qué y cómo se sienten con los cambios o con los acontecimientos que van acaeciendo en su día a día.

Es interesante que los padres/madres expliquen con cariño las expectativas que tienen de su hijo/a durante ese curso, sobre sus capacidades, ilusiones, habilidades... esto contribuirá a que se sientan arropados y capacitados para los importantes aprendizajes que van a ir apareciendo a diario, así como más capacitados para afrontar las dificultades que puedan surgir. (Importante explicar positivamente siempre y sin exigencias)

La conversación con los progenitores, está demostrado que ayuda a desarrollar una autoestima y autoconcepto positivo, ya que sienten que todo lo que tienen que decir es importante y son personas válidas y tenidas en cuenta.