

La ansiedad previa a la preescolaridad¹

Si estás pensando: “No puedo ponerlo así como así en un ómnibus y enviarlo fuera durante medio día,” no estás sola. El solo pensamiento de estar separados de su niño de tres años hace que muchos padres se sientan molestos. Si se agrega a eso la ansiedad de saber que va a estar en un entorno que no le es familiar, no resulta difícil entender lo que les pasa. Cuando un niño es discapacitado visual, esos sentimientos pueden incrementarse con la preocupación acerca de cómo se va a manejar solo con extraños y si esa gente va a entenderlo y responder a sus necesidades.

Prepararse para el preescolar

A pesar de todo lo terrorífico que parezca, hay formas de facilitar la transición al preescolar y de prepararse tanto tú como tu hijo para la experiencia.

Un par de semanas antes de que tu hijo comience la escuela, pregunta si los dos pueden visitarla juntos durante períodos cortos de tiempo, durante varios días. Esto le va a dar a tu niño la oportunidad de familiarizarse con el edificio, el aula y algunas de las personas que va a llegar a conocer. Sin embargo, ten en cuenta que no todas las escuelas permiten eso.

Si le vas a comprar ropas nuevas a tu hijo, o una caja para el almuerzo, o una mochila para la escuela, déjalo que participe en la elección. Si tiene ropa especial para el primer día, tal vez quiera ponérsela en casa una vez o dos para acostumbrarse. Puede también practicar con la mochila o llevar su caja para el almuerzo. Los dos podrían incluso dedicar una mañana a “hacer como si fueran a la escuela” con unas cuantas actividades típicas para ayudarla a familiarizarse con algunas de las cosas que va a hacer allí.

Si la escuela no ha sugerido el uso de un cuaderno de comunicaciones, pregunta si puedes utilizar uno. Se trata de una libreta que va y vuelve entre la casa y la escuela. Puedes escribir notas a la maestra y ella te puede escribir a ti. Pregunta también si hay algún modo de ponerte en contacto con la maestra y cuándo sería más conveniente. Además, hazle saber a ella cómo comunicarse contigo y cuándo es más fácil hablar.

Pregunta si puedes acompañar a tu hijo a la escuela el primer día y si puedes quedarte para el comienzo de la jornada. En algunos programas, pueden creer que el hecho de que estés en el aula distraiga a tu niño y a los otros, pero te pueden dejar mirar desde la puerta. Otros tal vez

¹ <https://familyconnect.org/busca-por-edad/primer-a-infancia-bebes-y-ninos-que-empiezan-a-andar/transicion-a-la-independencia-primer-a-infancia/la-ansiedad-previa-a-la-preescolaridad/>



preferían que no vayas al comienzo para no interferir con la posibilidad de que tu hijo desarrolle relaciones con la maestra y los compañeros con los que se va a encontrar.

Dale algo de la casa que le resulte familiar -un juguete pequeño, su chaqueta favorita, o quizás una manta para la hora de descanso- que le den una sensación de seguridad. En una semana o algo así, cuando esté más a gusto en su nuevo entorno, probablemente no necesite, ni incluso quiera ya, ese objeto simbólico.

