

ETXEKOTXE GARAIRAKO PAUTAK

Ikastola gure haurrentzako aldaketa handia da eta badakigu familientzat ere prozesu zaila eta berria dela. Garai honetan garrantzitsua izaten da konfiantza izatea, espazioan, bertan dauden helduengan eta batez ere gure haurrengan.

Zer egin dezakegu ikastolara joan aurretik?

- ✓ *Denboraz esnatu eta lasai ibili*
- ✓ *Saiatu goiz atsegina izaten eta ondo gosaltzen.*
- ✓ *Ikastolari eta hezitzaileei buruz modu positiboan hitz egin (behintzat haurrekin gauden bitartean)*
- ✓ *Haurrak ikusten badu bere familiarrak konfiantza duela lasaiago egongo da, nahi gabe haurrei dena transmititzen zaie.*
- ✓ *Haurrarekin gertatuko denari buruz hitz egin eta bertan zer aurkituko duen kontatu, adibidez; ikastolara joango zara, bertan andereñoekin geratuko zara, jolasten zaudenean ni lanera joango naiz, jantokian bazkalduko duzu, lo egingo duzu eta gero amama etorriko da zure bila...*

Zer egin bertan gaudenean? Helduaren jarrera

- ✓ *Lasai egon eta haurraren beharrak asetu bere esplorazioa edo jolasa oztopatu gabe. Haurrak ikastola bere kabuz ezagutu behar du eta horretarako bakoitzak bere erritmoa izango du.*
- ✓ *Haurrak jolastu ahal izateko bere beharrak asetuta egon behar dira. Atxikimendua eta esplorazioa ez dira batera aktibatzen. Besoak behar izango ditu bere atxikimendua asetzeko eta horrela jolasteko prest egoteko eta hori da helburua. Hasieran familiarraren besoak izango direnak geroago andereñoarenak bihurtzea.*
- ✓ *Zaila bada ere haurrari esploratzen utzi behar zaio eta heldua ikusle soil bat izaten saiatu behar da, horrela andereñoak hutsune hori betetzeko aukera izango du.*
- ✓ *Haurra lasai dagoela ikusten badugu utzi jolasten. Saiatu bere arreta ez deitzen, ezta gainontzeko haurrena ere ez. Gure haurrek ikusten badute beste haurrekin gaudela jolasteko gogoia jaitsiko zaio eta atxikimendu beharra piztuko zaio berriro.*
- ✓ *Ez egin konparaketarik haur bakoitzak bere denbora behar du eta egoera behartzeak ez dio lagunduko. Lasai egon, prozesuan konfiantza izan eta haurraren emozioak balidatu.*
- ✓ *Haurraren bila bueltatzerakoan pozik eta esaldi positiboekin jaso eta irakaslearekin hitz egiten hasi baino lehenago haurra agurtu. Ekiditu esaldi negatiboak (ze zikin zauden, ez duzu ezer jan, ez duzu lorik egin...)*



- ✓ *Bere gurasoekin atxikimendu segurua eraiki duten haurrek, normalean denbora gehiago behar dute baina gerora erraztasun handiagoa dute beste pertsonekin lotura seguruak sortzeko*

Ez kezkatu, horrelako gauzak gertatzea normala da:

Aldaketa handia da eta haurrak errutina bat bihurtuko dela konturatzen dira, horrek bere bizitzari buelta handia ematen dio.

Horregatik normala da gorabeherak edo jarrera desberdinak egotea.

- *Gurasoei arreta gehiago eskatzea, besoetan egon nahi izatea eta gurasoengandik urrundu nahi ez izatea.*
- *Gutxiago jatea edo elikatze momentuetan desberdintasunak egotea.*
- *Gauetz gehiagotan esnatzea edo txarto lo egitea*
- *Etiket ateratzeko momentua konplikatzea : ezkutatzea, arropak eranstea, orgatxoan nahi ez izatea,...*
- *Haserrealdi gehiago izatea edo gaixotzea.*
- *Lehen onartzen zituen pertsonak orain ez onartzea.*

Konfidantza izan, prozesu bakoitzak bere denbora behar du. Etapa berri honi errespetuz eta maitasunez aurrera egingo dugu.

Eta etxean... nola lagundu ibilbide honetan?

- *Haurrari ahalik eta ondoen etxekotzen laguntzeko, hezitzaileekiko komunikazioan dago sekretua.*
- *Behin ikastolako ordutegiak ezagututa etxean ere lo-kuluxka orduetan eta bazkaltzeko orduetan hurbilketa txikiak egin, pixkanakako doikuntzak eginez, adibidez; atzeratu edo aurreratu siestak 10-15 minutu, beti ere erritmo biologikoak errespetatzen*
- *Errutina sendoak garrantzitsuak dira, eguneko hainbeste aldaketaren aurrean behar duen segurtasuna ematen diote.*
- *Atxikimendu-objektua : mantatxo bat edo etxean lo egiteko erabiltzen den “doudou” bat eraman dezakete edo familiako usainak lagunduko dio ingurune berri batean loak hartzen.*



PAUTAS PARA EL PROCESO DE FAMILIARIZACION

Empezar en la ikastola es un gran cambio para nuestros niños y sabemos que también es un proceso difícil y nuevo para las familias. A estas alturas es importante tener confianza en el espacio, en los adultos que están allí y sobre todo en nuestros/as niños.

¿Qué podemos hacer antes de ir a la ikastola?

- *Despertarnos con tiempo y estar tranquilos*
- *Procura tener una mañana agradable y desayunar bien.*
- *Hablar de la ikastola y de los/las educadores/as de forma positiva (al menos mientras estemos con los niños).*
- *Si el/la niño/niña ve que su familiar confía estará más tranquilo, sin querer a los niños se les transmite todo.*
- *Hablar de lo que va a pasar con el/ella y contarle qué va a encontrar allí, por ejemplo; vas a ir a la ikastola, te quedas con las andereños, cuando estés jugando yo iré a trabajar, comerás en el comedor, dormirás y luego vendrá la abuela a buscarte...*

¿Qué hacer cuando estemos presentes? Actitud del adulto

- *Mantener la calma y satisfacer las necesidades del niño/a sin interferir en su exploración o juego. El/la niño/niña debe conocer la ikastola por sí mismo/a y para ello cada uno tendrá su ritmo.*
- *Para que los/las niños/as puedan jugar tienen que estar satisfechas sus necesidades. El apego y la exploración no se activan a la vez. Necesitará los brazos para satisfacer su afecto y estar dispuesto/a a jugar así y ese es el objetivo que los brazos del familiar se conviertan más tarde en los de la andereño.*
- *Aunque sea difícil hay que dejar que el/la niño/a explore y tratar de que el adulto sea un simple espectador, así la andereño tendrá la oportunidad de llenar ese vacío.*
- *Si vemos que el/la niño/a está tranquilo, dejadle jugar para que no llame su atención ni la del resto de niños/as. «Si nuestros/as niños/as ven que estamos con otros/as niños/as le bajarán las ganas de jugar y se volverá a despertar la necesidad de apego.*
- *No hagas comparaciones cada niño/a necesita su tiempo y forzar la situación no le ayudará. Mantener la calma, confiar en el proceso y validar las emociones del/la niño/a.*



- *Al recogerlos de Ikastola , primero, saludar al niño o niña ,buscarlo con satisfacción y frases positivas y hablar con la andereño. Evita frases negativas (qué sucio estás, no has comido nada, no has dormido...)*
- *Los/as niños/as que han construido un apego seguro con sus padres sufren más pero luego tienen más facilidad para crear vínculos seguros con otras personas*

No os preocupéis si hay momentos como estos :

Es un gran cambio y los niños se dan cuenta de que se va a convertir en una rutina, eso le da una gran vuelta a su vida.

Por eso es normal que haya actitudes diferentes:

- *Pedir más atención a los padres, querer estar en brazos y no querer alejarse de ellos.*
- *Disminución de la ingesta de alimentos o diferencias en los momentos de alimentación.*
- *Despertar más veces por la noche o dormir mal*
- *Complicar el momento de salir de casa: esconderse, quitarse la ropa, no querer en el carrito,...*
- *Tener más enfados o enfermar.*
- *No aceptar ahora a las personas que antes aceptaba.*

Tened confianza, cada proceso requiere su tiempo. Esta nueva etapa la viviremos con confianza.

Y en casa... ¿cómo ayudar en este recorrido?

- Para ayudar al niño a domesticarse lo mejor posible, el secreto está en la comunicación con los educadores.
- Una vez conocidos los horarios de la ikastola realizar pequeñas aproximaciones en casa durante las horas de siesta y comida, por ejemplo, realizando ajustes progresivos; retrasar o adelantar las siestas 10-15 minutos, respetando siempre los ritmos biológicos
- Las rutinas robustas son importantes, le dan la seguridad que necesita ante tantos cambios diarios.
- Objeto de apego: pueden llevar una mantita o un doudou utilizado para dormir en casa o el olor familiar le ayudará a conciliar el sueño en un nuevo entorno.