



Download PDF

Estrategias de apoyo a los menores de acogida y adoptados en la escuela

Las experiencias de la primera infancia pueden influir en la capacidad de cualquier niño o niña para aprender y relacionarse con sus iguales y con las personas adultas. Un entorno familiar seguro, personas cuidadoras receptivas y una experiencia escolar estable son factores cruciales para la salud y el desarrollo físico y emocional infantil.

A continuación se exponen algunas estrategias sencillas, para ayudar a los niños y niñas adoptados o en acogimiento familiar o residencial en la escuela a:

- Sentir seguridad y protección
- Establecer relaciones de confianza con las personas adultas
- Gestionar las emociones difíciles
- Aprender y progresar



Sentir seguridad

- Hacer que el mundo sea predecible utilizando rutinas y rituales, por ejemplo, “los martes siempre...”.
- Designar un espacio seguro donde puedan acudir cuando necesiten calmarse y explicarles cuándo y cómo pueden utilizarlo.
- Minimizar el ruido y el caos en el entorno mediante el compromiso de “no levantar la voz”.
- Utilizar ejercicios de atención plena (mindfulness) para situarles en el momento presente, por ejemplo: “Dime los diferentes sonidos que oyes; dime las cosas verdes que ves en esta habitación”.

Establecer relaciones de confianza con las personas adultas

- Asignar una persona clave, que dedique regularmente tiempo a establecer una relación de confianza con el niño o niña.
- Utilizar objetos de transición y postales durante las vacaciones, para mantener una conexión con el niño o niña, haciéndole saber que se le tiene presente y nos importa incluso cuando no está en la escuela.
- Animar al niño o niña a buscar y aceptar ayuda: “Cuando te encuentres en un lío, puedes acudir a mí y siempre podremos solucionarlo juntos”.
- Reconectar con ellos/as y hacer las paces cuando las cosas hayan sido difíciles: “Ha sido un día duro, ¿verdad? Estoy deseando verte mañana en mi clase”.

Gestionar las emociones difíciles

- Identificar y validar sus sentimientos difíciles: “Sé que te entristece volver a la clase cuando se acaba el recreo. Sé que te gustaría jugar más tiempo”.
- Mostrar curiosidad, “preguntarse en voz alta” qué siente y cómo se relaciona con lo que ocurre a su alrededor.
- Colaborar con la familia u otras personas de referencia para identificar qué le ayuda a calmarse y tranquilizarse. Por ejemplo, realizar una actividad repetitiva o utilizar los sentidos del tacto o el olfato.
- Mantener al niño o niña cerca (por ejemplo en la primera fila de pupitres en clase), para poder calmarle y ayudarle, en lugar de enviarle lejos para que se las arregle en solitario.

Aprender y progresar

- Adecuar las tareas en función del nivel de concentración del niño o niña.
- Ayudarles a ponerse en marcha y a mantenerse en la tarea, con indicaciones y señales visuales.
- Mostrarles cuando nos equivocamos o cometemos errores, de manera que entiendan que asumir riesgos en su aprendizaje y no siempre tener un buen resultado a la primera es normal y completamente aceptable.
- Repasar y reforzar periódicamente lo aprendido, aplicándolo en diferentes contextos.

Enlaces de interés

10 mindfulness exercises for kids | BBC Good Food

51 Mindfulness Exercises for Kids in the Classroom – Waterford.org

30 Children's Books to Foster Mindfulness – Teaching Expertise