



Estar Listo: La Preparación Silenciosa para el Preescolar

Por HeyZeus Oak

Cada etapa importante en la primera infancia llega primero de manera silenciosa. Un bebé da sus primeros pasos casi sin anunciarlo. Una primera palabra aparece un día en medio de una conversación y, de pronto, forma parte del lenguaje cotidiano. Un primer diente aparece donde antes no había nada. Estos momentos suelen esperarse durante meses, y sin embargo, cuando finalmente llegan, se sienten al mismo tiempo sencillos y extraordinarios.

Comenzar el preescolar es otro de esos hitos. Para muchas familias es la primera vez que un niño sale del círculo del hogar y entra en un pequeño mundo social propio. Es natural que los padres se pregunten si su hijo está listo y qué pueden hacer para que la transición sea lo más suave y amorosa posible.

A lo largo de los años he tenido muchas conversaciones con familias cuando sus hijos se acercan a este momento. Algo que he llegado a comprender es que estar preparado para el preescolar rara vez depende de una sola habilidad. Más bien, esta preparación se va formando poco a poco a través de los ritmos y experiencias de la vida diaria en el hogar.

Una de las primeras experiencias que un niño encuentra al integrarse a un grupo de preescolar es la de convivir con otros niños. En casa, especialmente cuando se trata de un hijo único, gran parte de la vida gira naturalmente alrededor de las necesidades y ritmos del niño. En el aula de preescolar, la experiencia es distinta. El niño pasa a formar parte de una pequeña comunidad. Hay otros niños que también desean los mismos juguetes, que también esperan la atención del maestro y que están aprendiendo junto a él.

Para un niño pequeño esto puede ser emocionante y desafiante al mismo tiempo. Esperar un turno, compartir materiales y aceptar que la atención del adulto debe repartirse entre varios son experiencias nuevas. Algunos padres encuentran útil comenzar a introducir pequeños momentos de espera en la vida cotidiana del hogar. Cuando el niño pide algo, el adulto puede responder: “Sí, te voy a ayudar cuando termine lo que estoy haciendo”. La petición no se rechaza, pero pasa a formar parte del ritmo natural de la actividad del adulto. Con el tiempo el niño comienza a comprender que sus necesidades son importantes, pero que no son el único ritmo que organiza la vida del hogar.

Otra preparación importante tiene que ver con la experiencia de separación. Para muchos niños pequeños, los primeros años de vida transcurren casi siempre en compañía de sus padres. Entrar al preescolar puede ser la primera vez que pasan varias horas al cuidado de otro adulto. Cuando la separación ocurre de manera repentina puede resultar abrumadora.

Algunas familias encuentran útil dar este paso de forma gradual. Una breve visita con una niñera de confianza, pasar un rato con los abuelos o una cita de juego en la que el niño se quede un tiempo con los padres de otro niño pueden ayudar a construir poco a poco su confianza. A través de estas pequeñas experiencias el niño comienza a comprender que en el mundo existen otros adultos cariñosos que pueden cuidarlo mientras sus padres no están presentes.

El ritmo diario en casa también cumple un papel importante para que el niño se sienta seguro al acercarse el inicio del preescolar. Los niños pequeños prosperan cuando sus días siguen un patrón predecible. Horarios regulares para las comidas, una hora constante para dormir y un flujo diario estable permiten que el cuerpo y las emociones del niño se asienten en un ritmo saludable.

Algunas familias notan que la vida en casa se vuelve más tranquila cuando comienzan a establecer ritmos sencillos, como comer a horas similares cada día o acostarse más temprano. Los niños que saben qué esperar del día suelen atravesarlo con mayor facilidad. Las rabietas disminuyen, el sueño mejora y el ambiente en el hogar se vuelve más sereno. Cuando los niños entran en un preescolar donde también existe un ritmo claro y constante, esa familiaridad les ayuda a sentirse seguros.

El juego también es una parte fundamental de la preparación. En los primeros años, la imaginación no es simplemente entretenimiento para los niños. Es la forma principal en que

exploran y comprenden el mundo. En el juego imaginativo, un palo puede convertirse en un caballo, una manta en una cueva y un montón de bloques en un pequeño pueblo.

En los últimos años muchos padres han observado cómo el juego de los niños puede verse fácilmente influenciado por los medios y las pantallas. Escenas y personajes de la televisión comienzan a reemplazar el juego abierto que antes llenaba las tardes de la infancia. Algunas familias eligen reducir suavemente la exposición a los medios y dedicar más tiempo al juego al aire libre o a actividades sencillas en casa. Cuando los niños tienen espacio para este tipo de juego, su imaginación suele regresar de manera natural. Construyen fuertes, inventan historias y crean mundos propios a partir de materiales simples.

El descanso también desempeña un papel importante en la preparación para la escuela. Los niños entre los tres y cinco años suelen necesitar muchas horas de sueño para que sus cuerpos y sistemas nerviosos en crecimiento se mantengan equilibrados. Cuando los niños están cansados, incluso las pequeñas frustraciones pueden volverse rápidamente abrumadoras.

Algunas familias comienzan a adelantar poco a poco la hora de dormir durante los meses previos al inicio del preescolar. Este cambio puede tomar tiempo, pero los beneficios suelen hacerse evidentes. Un niño bien descansado puede manejar con mayor facilidad las experiencias sociales y emocionales de compartir la mañana con otros niños. Incluso cuando los niños ya no duermen siesta, muchas familias encuentran que un momento de descanso tranquilo después del almuerzo ayuda a mantener el equilibrio durante el día.

La independencia práctica también se va desarrollando gradualmente en esta etapa. El aprendizaje para ir al baño es un ejemplo en el que muchos padres piensan cuando el preescolar se acerca. Como ocurre con otros procesos del desarrollo, suele avanzar con mayor tranquilidad cuando se convierte en parte del ritmo diario y no en una fuente de presión.

Algunas familias incorporan intentos regulares de ir al baño antes de las comidas o los refrigerios. A veces el niño lo logra y otras veces no, pero con el tiempo el proceso se vuelve familiar. Los niños también aprenden rápidamente observando a otros. Cuando ven a sus compañeros usar el baño de manera independiente, muchas veces se sienten motivados a seguir el mismo camino.

Cuando observamos todas estas experiencias juntas, se vuelve claro que estar listo para el preescolar no se trata de dominar una lista de habilidades. Se trata del fortalecimiento gradual de la independencia, la confianza y la seguridad en el mundo que rodea al niño.

Un niño que ha aprendido a esperar pequeñas cosas, a separarse de sus padres con confianza, a moverse dentro de un día rítmico, a jugar con imaginación, a descansar profundamente y a cuidar su propio cuerpo se está preparando silenciosamente para el siguiente paso en su camino.

Cuando finalmente llega el día de entrar por la puerta del preescolar, el momento puede sentirse sorprendentemente sencillo para el niño. Cuelga su abrigo, encuentra un juguete familiar y comienza a explorar la vida del aula.

Para los padres, sin embargo, ese momento puede sentirse mucho más grande. En muchos sentidos es la primera vez que se les pide aflojar un poco el abrazo. Los primeros años de la infancia requieren mucho de los padres: presencia constante, cuidado constante y una profunda atención hacia las necesidades de un pequeño ser humano que crece.

Comenzar el preescolar marca un cambio sutil. El círculo de cuidado se amplía y el niño comienza a formar relaciones y experiencias más allá del hogar inmediato.

Este paso también pide algo interior a los padres. Invita a un pequeño trabajo interno de confianza y de dejar ir. Los padres necesitan poder despedirse en la puerta del aula con serenidad, sabiendo que han elegido un lugar donde su hijo será cuidado y donde su creciente independencia podrá desarrollarse con seguridad.

Los niños perciben esta confianza. Cuando un padre puede despedirse con calma y cariño, el niño recibe un mensaje claro: el mundo al que está entrando es un lugar bueno y digno de confianza.

Como tantos momentos importantes de la infancia, este también llega en silencio. Una mañana el niño simplemente cruza la puerta y se une a la vida del aula.

Y antes de que nos demos cuenta, se convierte en otra parte natural de la historia de crecer.

Biografía del autor

HeyZeus Oak es el director de Heart in Hand Preschool en Portland, Oregón, un programa de educación infantil Waldorf completamente certificado y miembro de WECAN. Es mentor formado a través del Center for Anthroposophy y está dedicado a cultivar la reverencia, el ritmo y la belleza en la vida de los niños pequeños.