

MIS PRIMEROS DÍAS EN EL JARDÍN / ESCUELA

Una historia para acompañar este nuevo comienzo

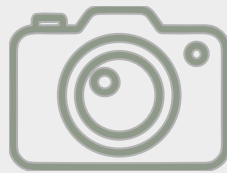


Foto del niño o niña



HISTORIA SOCIAL CREADA POR:

infancias y familias

PSICÓLOGA ANA FONTES GEYMONAT



Querida Familia:

El inicio del jardín/escuela es un momento sensible. No solo para tu hijx, sino también para tí, y es normal que aparezcan emociones varias: ilusión, culpa, miedo, tristeza, incertidumbre.

Este comienzo trae cambios. En las rutinas, en los tiempos, en la forma de estar y compartir juntxs. Y cada cambio, aún los deseados, necesitan ser acompañados.

Si sientes que algo se mueve por dentro, no estás solx. Así como tu hijx transita lo nuevo con su cuerpo y sus emociones, tú también estas atravesando un proceso de iniciación, de cambios.

Este **no es un camino que se recorre de un día para el otro.** Más bien es un proceso que se vive paso a paso.

Con esta herramienta (historia social) **busco acompañarte con respeto y cuidado, para que puedas sostener este inicio con calma, confianza y presencia.**



¿Qué es una historia social?



Desde el enfoque de Conscious Discipline, **es una herramienta de acompañamiento emocional** pensada especialmente para niños y niñas en la primera infancia (hasta los 7 años). Les **ayuda a sentirse seguros frente a situaciones nuevas**.

Consiste en **crear un pequeño cuento donde tu hijx sea protagonista**.

En lugar de dar explicaciones largas, abstractas e inentendibles para su edad, **la historia social**, les muestra a través de **palabras simples e imágenes reales**, qué va a suceder en una situación nueva y desafiante. Y, en este caso, le cuenta como será el jardín/escuela, la maestra, la despedida, los espacios, los momentos del día y el reencuentro con su familia.





¿Por qué es importante?

Los cambios pueden generar incertidumbre, ansiedad, miedo, más aún en lxs niñxs que todavía no cuentan con las habilidades necesarias para expresar lo que sienten. La historia social ayuda a:

- ✦ **Anticipar** lo que va a suceder, paso a paso.
- ✦ **Reducir la incertidumbre** al transformar lo desconocido en algo previsible.
- ✦ **Disminuir la ansiedad**, al ofrecer una narrativa clara y amorosa.
- ✦ **Favorecer la regulación emocional**, al darle sentido a lo que viven.
- ✦ **Cuidar el vínculo** con la familia y con las figuras referentes en jardín/escuela.

Recuerda: la seguridad emocional es la base para aprender, explorar y disfrutar.



¡HOLA!

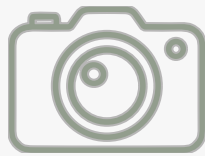


Foto del niño o niña



Mi nombre es _____

Tengo ____ años

Me gusta _____

Ej. que me lean cuentos



MI JARDÍN / ESCUELA

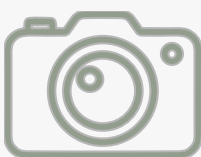


Foto del jardín / escuela



Este es mi Jardín / Escuela.

Se llama _____

Tiene _____

Ej. un parque amplio y verde, salas, etc.

Voy todas las _____

Ej. mañanas y/o tardes



ANEXO

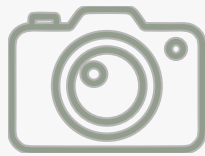


Foto del jardín / escuela

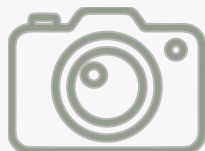


Foto del jardín / escuela



ME PREPARO

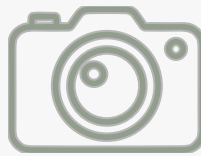


Foto con el uniforme / túnica / tuniquein



Cada día para ir al Jardín / Escuela me pongo mi uniforme / túnica / tuniquein de color _____

Y llevo mi mochila con todo lo que necesito para el día.



MI MAESTRA

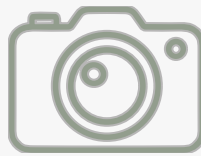


Foto de la maestra



Al llegar al Jardín / Escuela, me estará esperando mi maestra _____

Ella me cuidará y me mantendrá seguro/a.

Siempre que necesite algo se lo podré pedir.



LA DESPEDIDA

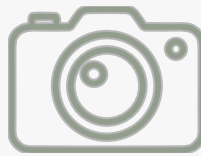


Foto que represente el momento de despedida

Para entrar a la sala/salón me despido de
mi _____ con _____

Ej. mamá, papá, abuela, etc.

Ej. un beso, abrazo de oso, una frase

Es clave mantener este mismo ritual de despedida para construir seguridad



MI SALA / SALÓN

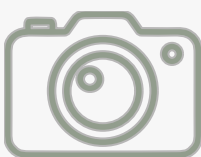


Foto de la sala / salón



Esta es mi sala / salón.

Tiene _____

Ej. mesas, sillas de colores, almohadones, libros de cuento, juguetes, etc.

Aquí habrá otros niños y niñas.

Voy a jugar, dibujar, pintar, cantar, bailar,
usar plastilina y mucho más.



EL PATIO

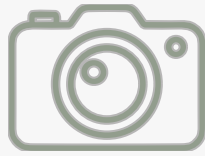


Foto del patio



Este es el patio de mi Jardín / Escuela.

Tiene _____

Ej. árboles, hamacas/columpios, juegos de madera para trepar, etc.

Cada día podré jugar en él con mis amigos y amigas.



REENCUENTRO

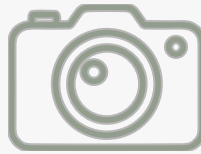


Foto de quien lo/la va a buscar a diario



Luego de _____ me
Ej. "x" actividad, merendar, etc

despido de mi maestra y de mis amigos y
amigas para regresar con mi _____
Ej. mamá, papá, etc.
a mi casa.



MI FAMILIA

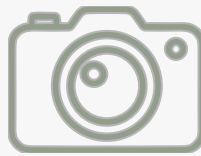


foto con quien vive en su casa

En mi casa voy a reencontrarme con mi

_____ y con todos mis juguetes.

Ej. mamá, papá, hermanx(s)

Al día siguiente volveré a mi
Jardín/Escuela.



ANEXO

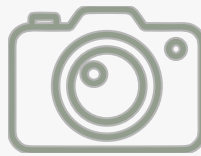


foto con quien vive en su casa

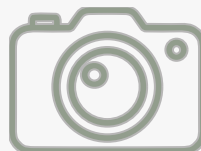


foto con quien vive en su casa



¿Cómo podemos seguir en contacto?



@psico.infanciasyfamilias



psicoinfanciasyfamilias.com

Criar con respeto, conexión y presencia es un viaje profundo y transformador que se transita mejor cuando te sientes acompañadx.

Gracias por estar acá.

Gracias por elegir detenerte, observar, cuestionar.

Gracias por sembrar nuevas formas de criar.

Hay mucho más por **explorar, compartir y transformar juntxs.**

Con cariño,

Ana 🌸



CADA COMIENZO DEJA HUELLA

¿Cuál le quieres dejar
a tu hijx en este inicio?

