



**Escola
Doctor Serés**

L'ADAPTACIÓ A L'ESCOLA

GUIA PER A FAMÍLIES



1. QUÈ ELS PASSA?

Començar l'3 és entrar en un món nou.

L'escola els pot generar inseguretat i inquietud davant de tot el que és desconegut i la separació de la família.



REACCIONS NORMALS



Plors



Enrabiades



Pèrdua
de gana



Fer-se pipí
a sobre



Trastorns
del son



Els infants expressen els seus sentiments de manera espontània. És important no dramatitzar ni sentir-nos culpables: el plor i la protesta són reaccions naturals.



Cada nen/a és diferent: alguns s'adapten de seguida, d'altres necessiten més temps. Quan la família marxa, la majoria s'entenen, juguen i obliden la tristesa.

2. QUÈ PASSA AMB EL TEMPS?

- ✓ Descobreixen que a l'escola també reben afecte i atenció.
- ✓ Viuen experiències positives: juguen, comparteixen, escolten música, gaudeixen del pati i de moments especials.
- ✓ S'adonen que anar a l'escola els agrada i és divertit.
- ✓ El rebuig es transforma en acceptació. Arriben amb alegria i ja no tenen pressa per marxar.



L'adaptació els ajuda a madurar, a ser més autònoms i a créixer amb noves experiències.

3. QUÈ PODEU FER LES FAMÍLIES?



Parleu-los de l'escola com d'una cosa positiva: faràn amics i amigues, jugaran, gaudiran del pati i de moltes activitats.



Transmeteu confiança cap a l'escola. Els infants capten l'actitud i l'estat d'ànim de la família.



Manteniu el diàleg amb els tutors/es. Compartiu punts de vista i informeu-vos sobre l'evolució del nen/a.



Informe sobre canvis importants a la vida de l'infant (naixement d'un germà, canvis a casa, etc.).



La vostra serenitat i confiança són el millor suport per als vostres fills i filles.

4. EL MOMENT DE L'ACOMIADAMENT



Aviseu sempre quan marxeu, no marxeu d'amagat.



Digueu la veritat per generar confiança.



Expliqueu quan tornareu: "et vindré a buscar a l'hora de dinar, de berenar", etc.



Sigueu breus i afectuosos en l'acomiadament. Allargar-lo pot fer més difícil el moment.



Moltes vegades els plors duren molt poc: sovint només mentre dura l'acomiadament.

5. QUANT TEMPS DURA L'ADAPTACIÓ?



Cada infant necessita el seu temps. Alguns s'hi troben bé des del primer dia, d'altres necessiten unes setmanes. En ambdós casos és normal.



Hi pot haver situacions familiars que influeixen en l'adaptació, com el naixement d'un germà, canvis a casa, etc.

El diàleg amb les tutores ajuda a acompanyar millor l'infant.



Entre tots i totes, fem que l'escola sigui un lloc on créixer feliços!

Escola Doctor Serés
Alpicat, 29 de juny de 2026