

El músculo de la socialización por el reposo absoluto se encuentra atrofiado

Por Claudia Tobar
(ctobar@usfq.edu.ec)



Imagina que el 16 de marzo de 2020 tuviste una fuerte caída que te rompió el pie. En consecuencia, el doctor no tuvo más remedio que darte reposo absoluto durante 17 meses.

Cuando finalmente te dieron el alta, ¿cómo imaginas que está tu fuerza?, ¿tu movimiento?, ¿tu seguridad al caminar? Esa recuperación seguramente va a incluir una intensa rehabilitación, a fin de recobrar movilidad, fuerza y seguridad.

La socialización ha sufrido un reposo absoluto. Durante 17 meses los niños han perdido sus habi-

lidades sociales, tan importantes para su desarrollo cognitivo y emocional. Ahora entonces nos encontramos con el gran desafío de acompañar la rehabilitación social que deben recibir los niños para volver a las aulas.

Hasta los adultos hemos sido víctimas de esta atrofia, al evitar

Debemos crear espacios de diálogo para que las personas en nuestra comunidad puedan compartir sus experiencias, sus miedos, sus estrategias, así como información acerca de la adaptación a esta normalidad.

eventos sociales, saludar en el supermercado o conversar por teléfono. Estamos viendo cómo la sociedad entera ha sido afectada por el encierro causado por la pandemia mundial.

Es imprescindible que en el proceso de volver a la educación progresiva semipresencial, educadores y padres estemos conscientes de la importancia de acompañar este regreso con mucha paciencia.

Los miedos que los niños puedan manifestar son reales, e incluso ser más temibles que los mismos monstruos.



Imagina que el 16 de marzo de 2020 tuviste una fuerte caída que te rompió el pie.

¿Qué podemos hacer?

1. **No minimizar** sus miedos respondiendo “no te preocupes”, “eso no es nada”, “podría ser peor”.
2. **No distraer** al niño de su miedo diciendo “no pienses en eso, mejor juguemos a los carros”.
3. **Preguntar específicamente** a qué tienen miedo, entenderlos, escucharlos y compartir tus miedos como adulto.
4. Mostrar qué de eso está en tu **control** y qué no.
5. Preguntarles: **¿qué puedo hacer por ti** para calmar un poco tu corazón?
6. **Anticipar** cómo van a ser los primeros días, las rutinas, las mascarillas, los horarios, etc. Esto, además, minimiza el miedo a lo desconocido.
7. Durante 17 meses los niños han olvidado dónde eran

los baños, cómo era la rutina, cómo era el bus. El sentimiento es como si fuera la primera vez a la escuela. **Dediquemos el tiempo** para mostrar fotos, imágenes de cómo era la escuela, a fin de minimizar el miedo del primer día.

Muchas veces, lo único que necesitamos es conversar y recibir un puerto seguro para recibir nuestros miedos. Los niños no buscan soluciones; con frecuencia solo quieren acompañamiento en el proceso.

También habría que ser conscientes de que la readaptación socioe-

Ahora nos encontramos con el gran desafío de acompañar la rehabilitación social que deben recibir los niños para volver a las aulas.

mocional no es únicamente para los niños. Muchos adultos tienen terror de volver al trabajo, de salir a una relativa normalidad.

Debemos crear espacios de diálogo para que las personas en nuestra comunidad puedan compartir sus experiencias, sus miedos, sus estrategias, así como información acerca de la adaptación a esta normalidad.

Además, es súper importante no juzgar a nadie por su reacción frente al retorno. Generalmente esas reacciones esconden detrás mucho miedo y requieren de mucha paciencia.

Antes que igualar académicamente a los niños, lo primero es mitigar los daños emocionales causados por lo mucho que se atrofiaron nuestras capacidades para establecer vínculos y relacionarse con los demás.