

## RECURSOS PARA FOMENTAR UN APEGO SEGURO EN LA ESCUELA INFANTIL

Con la finalidad de fomentar un apego seguro en la escuela infantil, se plantean tres modalidades de recursos:

1. Recursos para fomentar la participación de las familias para el ejercicio de la Parentalidad Positiva
2. Recursos para reflexionar sobre el papel del profesional en el apego seguro
3. Ejercicios de respiración, relajación y atención plena para profesionales

### 1.- Recursos para fomentar la participación de las familias para el ejercicio de la Parentalidad Positiva

#### **Objetivos:**

- 1.- Utilizar el espacio educativo como una oportunidad para promover las capacidades de padres y madres para un ejercicio positivo de la parentalidad
- 2.- Promover la interacción e implicación de las familias en actividades escolares que favorezcan los vínculos afectivos entre padres, madres e hijos e hijas
3. - Facilitar información, recursos y confianza a padres y madres que redunden en la promoción de parentalidad positiva

#### **Actividades:**

- 1.- JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS: Evento en el que el Centro abre sus puertas para que las familias y el alumnado puedan conocer la propuesta educativa que se presenta y facilitar así el proceso de toma de decisiones sobre la elección de los centros, y como toma de contacto de las familias con el personal que trabajan en ellos.
- 2.- REUNIÓN INICIAL FAMILIA-ESCUELAS: Reunión tras la matrícula con la participación del equipo de profesionales de la escuela infantil, donde se explicarán los criterios pedagógicos de su Proyecto Educativo y Asistencial, se conocerán las tutorías y las aulas asignadas.
- 3.- ENTREVISTAS INDIVIDUALES: Entrevistas individuales con las familias para recabar información sobre el niño o la niña, sus gustos, hábitos, preferencias. De esta forma se podrá responder mejor a sus necesidades y el menor podrá sentirse esperado, conocido y querido.
- 4.- BUZÓN DE SUGERENCIAS: Buzón de sugerencias, físico o virtual, en el que las familias puedan expresar libremente sus opiniones, sugerencias, ideas, inquietudes.... Garantizar que todas las familias pueden tener acceso a este buzón.

Situarlo en sitios accesibles y visibles y habilitar la posibilidad de escribir las sugerencias en otros idiomas.

**5.- BOLETINES INFORMATIVOS:** Dar a las familias periódicamente información y asesoramiento sobre temas relacionados con el desarrollo de las y los niños a través de circulares: alimentación, aseo, ocio saludable, criterios para elegir actividad extraescolar, etc. El formato será llamativo y de fácil lectura. En los siguientes enlaces puedes encontrar algunos ejemplos:

- Apego, crianza y desarrollo infantil:

[https://www.ventanafamilias.es/wp-content/uploads/2020/10/apego\\_crianza\\_boletin.pdf](https://www.ventanafamilias.es/wp-content/uploads/2020/10/apego_crianza_boletin.pdf)

- El bienestar emocional en la infancia. Guía para padres, madres y profesionales:

<https://www.ventanafamilias.es/desarrollo-emocional/>

- Guía "Cómo establecer un buen apego"

[https://si.easp.es/psiaa/wp-content/uploads/2014/07/cuidadores\\_apego.pdf](https://si.easp.es/psiaa/wp-content/uploads/2014/07/cuidadores_apego.pdf)

**6.- AGENDA:** Uso de una agenda para comunicarse con las familias. Es recomendable escribir mensajes concretos, generales, poco descriptivos. Cuidar mucho el lenguaje y la expresión: tener en cuenta que el lenguaje escrito es susceptible de interpretaciones erróneas puesto que carece de elementos sensoriales (gestos, tono de la voz, postura corporal...) que enriquezcan y clarifiquen su significado.

**7.- ENCUENTROS CON FAMILIAS:** Encuentros entre familias, en el que se traten aspectos de interés relativos al desarrollo de las y los menores, ocio, pautas educativas, estilos educativos, etc. Se recomiendan sesiones relativas a un tema concreto, que desarrolle el conocimiento académico de las familias y favorezca la práctica de técnicas y estrategias concretas. Partir de las demandas planteadas por las familias y recogidas a través de encuestas o del buzón de sugerencias, también de la información obtenida en las entrevistas individuales mantenidas con ellas.

En estos encuentros se pueden visualizar y comentar los siguientes vídeos:

- Cómo construir vínculos con el bebé: <https://youtu.be/ID0T6SgT8fk>

- Estimulación sensorial: <https://www.youtube.com/watch?v=78vUUQWWveE>

- Establecimiento de rutinas: <https://www.youtube.com/watch?v=rzJjYkscEbQ>

- El logro de la autonomía: <https://www.youtube.com/watch?v=n2AYmabEInU>

## **8.- SESIONES TEMÁTICAS GRUPALES CON PADRES Y MADRES**

### **8.1.- Sesión grupal 'Adaptación y vínculo de apego'**

- [Manual sesión grupal 'Adaptación y vínculo de apego' \[PDF\]](#)

- [Sesión grupal 'Adaptación y vínculo de apego' \[PPS\]](#)

- [Situación poco promotora de apego seguro. Situación fría \[Vídeo\]](#)

- [Situación promotora de apego seguro. Situación cálida \[Vídeo\]](#)

**8.2.- Sesión grupal ‘Cómo estimular el desarrollo infantil’**

- [Sesión grupal ‘Cómo estimular el desarrollo infantil’ \[PDF\]](#)
- [Sesión grupal ‘Cómo estimular el desarrollo infantil’ \[PPS\]](#)

**8.3.- Sesión grupal ‘El arte de educar’**

- [Manual sesión grupal ‘El arte de educar’ \[PDF\]](#)
- [Sesión grupal ‘El arte de educar. Estilos educativos’ \[PPS\]](#)
- [Sesión grupal ‘El arte de educar. Diferentes caminos para enseñar’ \[PPS\]](#)
- [Sesión grupal ‘El arte de educar. Rabietas’ \[PPS\]](#)
- [Sesión grupal ‘El arte de educar. Hemos aprendido que...’ \[PPS\]](#)

**2.- Recursos para reflexionar sobre el papel del profesional en el apego seguro.**

**Objetivos:**

- 1.- Reflexionar sobre el importante papel que los educadores/as desempeñan en la promoción del desarrollo afectivo saludable de los niños y niñas que asisten a nuestras escuelas.
- 2.- Aprender estrategias para promover un apego seguro en el ámbito de la escuela infantil.

**Actividades:**

Lectura y discusión en grupo de los siguientes textos:

- 1.- El apego en el aula: pautas para comprenderlo y comenzar a modificarlo:  
<https://www.eduforics.com/es/apego-aula-pautas-comprenderlo-comenzar-modificarlo/>
- 2.- El apego seguro con el maestro de infantil facilita el éxito académico:  
<https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/el-apego-seguro-con-el-maestro-de-infantil-facilita-el-exito-academico>
- 3.- Relaciones de apego: La calidad del cuidado en los primeros años:  
<https://bernardvanleer.org/es/publications-reports/relaciones-de-apego-la-calidad-del-cuidado-en-los-primeros-anos/>

### 3.- Ejercicios de respiración, relajación y atención plena para profesionales

**Objetivo:**

Conocer técnicas básicas de respiración, relajación y atención plena como herramientas para mejorar el bienestar emocional en el desempeño del trabajo (reducción del estrés, incremento de la concentración, fomento de la creatividad, mayor flexibilidad emocional...) y propiciar un ambiente cálido y de seguridad emocional en la escuela infantil.

**Actividades:**

- 1.- Ejercicios de relajación muscular progresiva: [Vídeo de la Consejería de Salud y Familias](#)
- 2.- Ejercicios de relajación creando un ambiente imaginario: [Vídeo de la Consejería de Salud y Familias](#)
- 3.- Guía para la implantación de la práctica de Mindfulness en centros de la Junta de Andalucía:  
[http://www.juntadeandalucia.es/institutodeadministracionpublica/institutodeadministracionpublica/publico/anexos/formacion/cops/productos/producto18\\_08.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/institutodeadministracionpublica/institutodeadministracionpublica/publico/anexos/formacion/cops/productos/producto18_08.pdf)

**Información complementaria:**

- Vídeo “Cuidemos el mundo emocional de los niños y las niñas”: <https://www.saludcastillayleon.es/ventanafamilias/es/infancia/crecimiento-desarrollo/salud-emocional-infancia>
- Artículo “Mindfulness: Atención Plena en Educación Infantil”. International Journal of Developmental and Educational Psychology, vol. 2, 1, pp. 105-114, 2018 (Pacheco DI, Canedo A, Manrique A, García JN):  
<https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1177>
- Artículo “El bienestar en la escuela infantil: sintonía entre el sentir, el pensar y el hacer”. Tarbiya (Revista de Investigación e Innovación Educativa de la UAM), num. 45, 2017 (Medina A, Estrada LF, Barrantes R):  
<https://revistas.uam.es/tarbiya/article/view/7393/pdf>