



## “MISIÓN: CONQUISTAR LA CALLE”

Cómo podemos ayudar a nuestros hijos e hijas, alumnos/as, sobrinos/as, ... a anticipar la transición a esta nueva situación de volver a salir a la calle, porque NECESITAN VOLVER A SALIR, volver a tener contacto con el mundo real y comprobar que todo sigue funcionando con cierta normalidad.

Hay que tener en cuenta, que ante toda la información que les hemos facilitado desde un principio, ellos han sacado sus propias conclusiones:

1. Lo primero han percibido una situación de peligro, con grandes cambios, donde todo el mundo está nervioso, se habla de muerte, de contagio, ...
2. Por lo que, como persona única e individual hacen su propia interpretación de que hay algo que hace enfermar a la gente o incluso a ellos.
3. Establecen su creencia de que el mundo, la calle y esos bichos a los que no vemos son peligrosos.
4. Tomando decisiones, tales como que, sólo mi casa es segura, no quiero salir a la calle

### Para poder cambiar esas creencias, tendremos que:

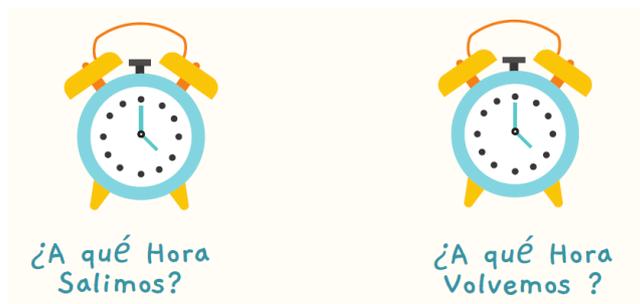
Anticipar por medio del juego o un cuento toda la información que a continuación se detalla, teniendo en cuenta que, *quizás antes de dormir no sea el mejor momento por si le pudiera crear nerviosismo o ansiedad.*

- Marcar el día en el calendario

Abril 2020						
Dom	Lun	Mar	Miá	Jue	Vie	Sáb
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



- **Concretar la información:** “A partir del domingo podremos salir a la calle”.
- Tenemos un **tiempo limitado**, tienen que saber que hay un principio y un final.



Para los niños/as menores de 7 años, **deberíamos concretar el momento de salir**, en relación a las rutinas diarias; ya que la noción temporal y espacial no está integrada en su totalidad, por lo tanto, podríamos decirles: *Después de merendar o antes de comer saldremos a la calle.*

- **Hacer un itinerario:** Vamos a ir hasta “X”, damos la vuelta y regresamos por aquí; incluso podemos hacer la simulación de un mapa con ellos y con posibles paradas, como si de nuestro propio mapa del tesoro se tratara.

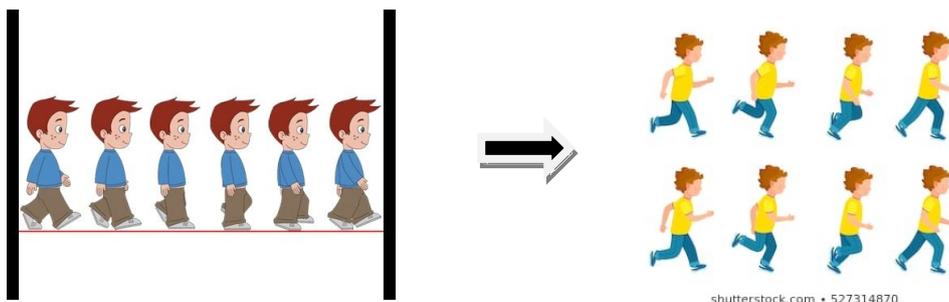


- **Explicarles lo que “SI” podemos hacer**, qué esperamos de ellos:
  - ✓ Saludar a las personas con las que nos crucemos, pero manteniendo la distancia que les vayáis marcando.
  - ✓ Saldremos con mascarillas como si fuéramos médicos cuidando así del resto. Por lo que tendremos que practicar antes su uso correcto.





- ✓ Como nuestras piernas han estado andando la distancia del pasillo de casa, empezar andando suave para ir acostumbrándolas a recorrer distancias nuevamente.



- ✓ Decirles que vamos a ir por diferentes zonas al *continuar cerrados los parques*, para que nos podamos divertir.
- ✓ Podemos saltar, buscar insectos o pájaros, tomar el sol, respirar hondo, ...
- ✓ Plantearlo como la Aventura del Observador, podemos hacer pequeños listados con palabras o imágenes que tengamos que encontrar:
  - ¿Cuántos coches rojos, azules, negros, blancos, ... has visto?
  - Encuentra algún perro
  - ¿Cuántos árboles hay en una calle?
  - ¿Han salido flores?
  - Ves hormigas
- ✓ Revisar con ellos sus emociones antes de salir y después: podemos jugar a hacernos una foto de cuál es mi cara de emoción, o en qué parte del cuerpo noto más esa emoción.
- ✓ Mantener la calma como adulto y no asustarnos si toca algo, explicarle que nos llevamos el gel para ir utilizándolo en algún momento, para estar protegidos.





### Al regresar a casa:

- Lo primero recordar lavarse las manos tal y cómo ellos ya saben hacerlo.



- Hablar de la experiencia en positivo, reconocer lo que hizo bien recordando las normas marcadas como recordatorio, y compartir lo que más nos ha gustado de cada una de las salidas y quizás proponer una misión, reto, idea, ... para la siguiente.

### ¿Y SI NO QUIERE SALIR POR MIEDO?:

1. Respetar su miedo. No decirles no pasa nada, validar e identificar ese miedo y hablar de él, proponerlo dibujarlo si le apetece, o que lo identifique con algún color y ver en algún momento si ese color cambia.
2. No negarlo, no juzgarlo, no es bueno ni malo; es una emoción más que va y viene como el resto.
3. No hay prisa, darle tiempo.
4. Enviarle mensajes en positivo, qué día más bonito tenemos hoy. Me ha gustado ver los árboles que hay en la calle, llenos de flores, ...
5. No insistas, no agobies y sobre todo no amenaces.
6. Opciones limitadas. ¿Quieres salir con esta camiseta o con esta otra? ¿Por la mañana o por la tarde?
7. ¿Te ayudaría llevar a la calle tu pulsera de la suerte? ¿Un peluche?
8. Si quieres salir, podemos empezar por dar una vuelta muy pequeña, bajar la basura o hasta una calle cercana, lo importante es disfrutar.



**EQUIPO DE ORIENTACION EDUCATIVA  
Y PSICOPEDAGOGICA (E.O.E.P.)**  
C/ Logroño 2. CP: 28941 Fuenlabrada (Madrid).  
Tfno. y Fax: 916977461 y 916063733  
[eoep.fuenlabrada@educa.madrid.org](mailto:eoep.fuenlabrada@educa.madrid.org)  
Código Centro: 28700386

**COMUNIDAD DE MADRID**  
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN  
Dirección del Área Territorial  
DAT Madrid-Madrid. Sur



**Referencias:**

- Save the children: Recomendaciones para la flexibilización del confinamiento de niños, niñas y adolescentes.
- Estima. Centro de Psicología Infantil
- Carmen Esteban@mipsicologainfantil
- [www.psicologiaibh.es](http://www.psicologiaibh.es)
- [www.kaminando.com](http://www.kaminando.com)
- @SabinaSerranoPsicóloga