

España sin Caos



MIGRAR CON HIJOS

Si se puede

**Evita los 7 errores críticos que
pueden complicar su
escolarización y adaptación
antes de subir al avión.**

Contenido

01.

Error 1: Pensar que la adaptación empieza el primer día de clases.

02.

Error 2 : Elegir ciudad pensando solo en el trabajo o el alquiler.

03.

Error 3: Creer que todo depende del colegio.

04.

Error 4: Esperar que todos los hijos se adapten igual.

05.

Error 5: No saber cómo actuar cuando aparece un problema en el colegio.

06.

Error 6: Creer que escolarizar a tus hijos empieza cuando llegas a España

07.

Error 7 : Querer que todo salga perfecto desde el primer día.



Introducción

Antes de emigrar también se prepara el corazón.

Hay decisiones que cambian una vida, y emigrar con hijos es una de ellas. Cuando una familia toma la decisión de empezar de nuevo en otro país, la mayoría de las conversaciones giran alrededor de los documentos, el visado, el presupuesto, el alquiler o el colegio. Todo eso es importante, pero con los años he descubierto que la adaptación de una familia empieza mucho antes de subir al avión.



El verdadero reto no suele ser conseguir una plaza escolar. El verdadero reto es ayudar a nuestros hijos a despedirse de la vida que conocen, prepararlos para lo que viene y acompañarlos mientras construyen un nuevo hogar.

He tenido la oportunidad de acompañar a decenas de familias que han emigrado a España. Algunas llegaron con niños pequeños. Otras con adolescentes. Y, aunque cada historia ha sido diferente, hay algo que se repite una y otra vez: los problemas más difíciles casi nunca empiezan en el colegio. Empiezan mucho antes, con pequeños errores que nadie nos enseñó a evitar.

Lo sé porque, además de consultora migratoria, también soy mamá.

Mis dos hijos vivieron la migración de formas muy distintas. Andrés encontró en el colegio, el fútbol y la vida en un pueblo un lugar donde sentirse rápidamente en casa. Sofía, en cambio, necesitó más tiempo para entender una cultura diferente, hacer nuevas amistades y descubrir espacios, como el voluntariado, donde volvió a sentirse parte de una comunidad.

Ninguna de las dos experiencias fue mejor que la otra. Fueron diferentes. Y precisamente por eso comprendí que no existe una única forma correcta de adaptarse.

Antes de viajar intenté que nuestros hijos no sintieran que estaban perdiendo una vida, sino cerrando una etapa con gratitud. Visitamos lugares que queríamos conservar en la memoria, compartimos tiempo con nuestra familia, nos despedimos de personas muy importantes y hablamos muchas veces sobre el futuro que queríamos construir juntos. Hoy estoy convencida de que esos momentos fueron tan importantes para su adaptación como el primer día de colegio en España.

Por eso escribí esta guía.

No encontrarás teoría innecesaria ni información que puedes buscar fácilmente en internet. Encontrarás los errores que más he visto cometer a las familias, las lecciones que aprendimos en nuestra propia experiencia y acciones concretas que pueden ayudarte a que este cambio sea mucho más llevadero para todos.

Porque emigrar con hijos siempre será un desafío. Pero no tiene por qué convertirse en una experiencia llena de incertidumbre.

Mi deseo es que, cuando cierres estas páginas, sientas que ya no estás empezando este camino en soledad.

Bienvenidos a España Sin Caos



ERROR 1

PENSAR QUE LA ADAPTACIÓN EMPIEZA EL PRIMER DÍA DE CLASES

Muchos padres creen que el gran reto comienza cuando sus hijos entran por primera vez al colegio en España. Yo también lo pensaba. Con el tiempo entendí que ese primer día solo es la continuación de algo que empezó mucho antes. La verdadera preparación comienza en casa, desde el momento en que la familia toma la decisión de emigrar.

El error más común

Hay familias que esperan hasta tener el visado aprobado, vender la vivienda o comprar los pasajes para contarles a sus hijos que se mudarán a España. Lo hacen con la mejor intención: evitarles preocupaciones. Pero esa espera suele tener un efecto contrario.

Los niños reciben demasiados cambios al mismo tiempo y apenas tienen espacio para entender lo que está ocurriendo, hacer preguntas o despedirse de la vida que conocen.

No todos reaccionan llorando. Algunos guardan silencio, y ese, puede hacernos creer, equivocadamente, que están preparados para el cambio.

Una conversación que me dejó una gran lección

Durante el máster conocí a una familia que había planificado su migración durante casi dos años. Solo hablaron con sus hijos cuando la decisión ya era definitiva y estaban vendiendo sus pertenencias.

Tiempo después, el padre me dijo algo que nunca olvidé:

"Si pudiera empezar de nuevo, los involucraría desde el principio."

Aquella frase me hizo reflexionar. Preparar una migración no consiste únicamente en reunir documentos o ahorrar dinero. También significa preparar emocionalmente a quienes van a vivir ese cambio.



Lo que hicimos en nuestra familia

Nuestra historia fue diferente. Mi esposo ya se encontraba en España y nosotros permanecemos un año y medio en Latinoamérica antes de reunirnos con él.

Durante ese tiempo hablamos muchas veces sobre el proyecto familiar.

Nuestros hijos entendían por qué estábamos haciendo ese esfuerzo y cuál era el sueño que perseguíamos como familia. Nunca sintieron que aquella decisión les fue impuesta.

Cuando supimos que el viaje estaba cerca, quisimos vivir los últimos meses de una manera especial. En lugar de centrarnos únicamente en maletas y documentos, decidimos llenar ese tiempo de experiencias.

Visitamos lugares que nuestros hijos aún no conocían, compartimos con familiares y aprovechamos cada oportunidad para crear recuerdos.

Uno de los momentos más significativos fue viajar al estado Falcón, en Venezuela, para visitar a la abuela paterna. Pocos meses después de nuestra llegada a España, ella falleció. Hoy sé que aquel abrazo fue uno de los regalos más valiosos que pudieron llevarse en la memoria.

Antes de subir al avión también hicimos algo muy sencillo. Nos detuvimos a agradecer. Agradecemos al país que nos vio crecer, a las personas que hicieron parte de nuestra historia y a todo lo vivido hasta ese momento.

No queríamos que nuestros hijos sintieran que estaban escapando de su país. Queríamos que entendieran que estaban cerrando una etapa con gratitud para comenzar otra.

Mirando atrás, creo que esa despedida fue tan importante como cualquier documento que llevábamos en la maleta.

Lo que puedes hacer desde hoy

No esperes a tener todos los trámites resueltos para hablar con tus hijos sobre la migración. Hazlos parte del proyecto familiar. Explícales por qué han tomado esa decisión y qué esperan construir juntos en España.

Habla con ilusión, pero también con honestidad. Cuéntales que habrá cosas nuevas, momentos emocionantes y otros que serán difíciles. Permíteles hacer preguntas. Escucha sus miedos sin apresurarte a dar respuestas, y, sobre todo, ayúdales a despedirse, de sus amigos, de su colegio, de sus abuelos, de sus lugares favoritos.

Esos pequeños rituales ayudan a cerrar una etapa de forma saludable. Porque un niño que siente que pudo despedirse llega mucho más preparado para empezar una nueva historia.

Checklist práctico

Antes de viajar, procura que tus hijos puedan:

- ✓ Comprender por qué la familia ha decidido emigrar.
- ✓ Sentirse parte del proyecto familiar.
- ✓ Despedirse de familiares y amigos importantes.
- ✓ Crear recuerdos especiales antes del viaje.
- ✓ Expresar sus dudas y emociones con libertad.
- ✓ Entender que sentir ilusión, miedo o tristeza al mismo tiempo es completamente normal.





La decisión que marcó la diferencia en nuestra familia

No esperamos a que llegara el día del viaje para preparar a nuestros hijos. Los involucramos desde el principio, compartimos con ellos cada etapa del proceso y nos aseguramos de que pudieran despedirse de las personas y lugares que habían marcado su infancia.

Hoy estoy convencida de que esa preparación emocional hizo que llegaran a España con algo mucho más valioso que una maleta llena de documentos: **la tranquilidad de saber que no estaban dejando atrás su historia, sino comenzando un nuevo capítulo de ella.**

ERROR 2

ELEGIR CIUDAD PENSANDO SOLO EN EL TRABAJO O EL ALQUILER

Cuando una familia empieza a organizar su llegada a España, casi siempre surgen las mismas preguntas:

- ¿Dónde hay más trabajo?
- ¿Dónde consigo un alquiler más económico?
- ¿Qué ciudad recomiendan?

Son preguntas lógicas. Al fin y al cabo, todos queremos empezar con estabilidad. Sin embargo, hay otra pregunta que pocas familias se hacen y que puede marcar la diferencia en los primeros meses:

¿Este lugar también será un buen sitio para que mis hijos crezcan y construyan una nueva vida?

Elegir una ciudad no es solo una decisión económica. Es una decisión familiar.



Nuestra primera idea era Barcelona

Cuando comenzamos a preparar nuestro proyecto migratorio, pensábamos instalarnos en Barcelona, ya que allí estaba viviendo mi esposo. Pero muy pronto nos dimos cuenta de que conseguir una vivienda allí era mucho más difícil de lo que imaginábamos.

Fue entonces cuando Valencia apareció en nuestro camino. Gracias a una agencia especializada en reubicación para extranjeros, logramos alquilar un piso antes de viajar. Llegar con ese aspecto resuelto nos dio una tranquilidad enorme y nos permitió concentrarnos en todo lo demás.

A partir de esa decisión elegí el máster que estudiaría en la Universitat Politècnica de València (UPV). Muchas familias hacen el proceso al revés: primero escogen la universidad o el trabajo y después buscan dónde vivir. No siempre es la opción correcta.

Nuestra experiencia nos enseñó que ambas decisiones deben planificarse de forma conjunta.



La siguiente decisión fue aún más importante

Una vez elegimos la Comunidad Valenciana, apareció una nueva pregunta.

¿Vivir en la ciudad de Valencia o en un pueblo cercano? Después de analizarlo, decidimos instalarnos en Puerto de Sagunto. No fue solo una decisión económica.

Buscábamos un lugar tranquilo, con menos tráfico, donde nuestros hijos pudieran disfrutar de parques, caminar con mayor seguridad y crecer en un entorno más relajado.

Con el tiempo comprendimos que aquella elección respondía muy bien a nuestro estilo de vida como familia.



No todos los hijos necesitan lo mismo

Algo que aprendimos muy pronto es que una misma decisión puede vivirse de formas distintas. Nuestro hijo menor disfrutó desde el principio la tranquilidad del pueblo.

En cambio, Sofía, por su edad, suele decirnos que le gustaría vivir en Valencia capital. Le atrae el movimiento, la oferta cultural y la posibilidad de tener más lugares donde reunirse con sus amigos. Sinceramente, entiendo su punto de vista. Los intereses de un adolescente no son los mismos que los de un niño de primaria.

Por eso creo que, cuando emigramos en familia, no siempre existe una decisión perfecta.

Lo importante es elegir la que mejor responda a las necesidades de la mayoría y al momento que está viviendo la familia.



Más allá del precio del alquiler

Muchas veces una vivienda parece una excelente oportunidad porque cuesta menos. Pero después aparecen los desplazamientos largos, los problemas para conciliar horarios o la dificultad para que los hijos puedan participar en actividades fuera del colegio.

Con el tiempo entendí que el alquiler no puede ser el único criterio para decidir dónde vivir. También hay que pensar en la calidad de vida que tendrá la familia cada día.

Antes de decidir dónde vivir, hazte estas preguntas

Antes de firmar un contrato de alquiler, analiza aspectos como estos:

1. ¿Cuánto tiempo tardarán tus hijos en llegar al colegio?
2. ¿Hay parques o espacios donde puedan jugar y relacionarse con otros niños?
3. ¿Existen actividades deportivas, culturales o de voluntariado cerca?
4. ¿El transporte público permitirá que los adolescentes puedan desplazarse con autonomía?
5. ¿Es una zona donde tu familia se sentirá segura para construir su rutina?

Responder estas preguntas puede evitar muchas dificultades que normalmente aparecen después de la mudanza.

CHECKLIST

Práctico

Antes de elegir ciudad o vivienda, revisa estos aspectos.

☒ Tiempo de desplazamiento al colegio.	
☒ Seguridad del entorno.	
☒ Parques y espacios públicos cercanos.	
☒ Oferta deportiva, cultural y de ocio.	
☒ Transporte público disponible.	
☒ Servicios básicos próximos a la vivienda.	
☒ Calidad de vida para toda la familia, no solo el coste del alquiler.	





*La decisión que marcó la diferencia en **nuestra familia***

Cuando pienso en esa etapa, me alegra no haber tomado la decisión únicamente con una calculadora en la mano. Elegimos un lugar que encajaba con la forma en la que queríamos vivir como familia.

Con el paso de los meses confirmé algo que hoy comparto en todas mis asesorías: la mejor ciudad no siempre es la más grande, la más famosa o la más barata. **Es aquella donde tu familia tiene más posibilidades de construir una rutina tranquila y sentirse realmente en casa.**

ERROR 3

CREER QUE TODO DEPENDE DEL COLEGIO

Cuando una familia consigue la plaza escolar, suele sentir que ya superó la parte más difícil. Es normal, después de tantos trámites, encontrar un colegio genera una enorme tranquilidad.

Sin embargo, hay algo que he aprendido acompañando a muchas familias y viviendo mi propia experiencia:

Conseguir un colegio no significa que un niño ya se sienta parte de su nuevo país.

El colegio abre la puerta, pero el resto del camino se construye día a día.



El colegio es un aliado, no el único responsable

Los docentes cumplen un papel fundamental. Acompañan, observan y ayudan a que los alumnos encuentren su lugar dentro del aula. Pero ellos solo ven una parte de la vida de nuestros hijos. La otra parte ocurre en casa.

Por eso, durante las primeras semanas, la familia necesita estar muy presente: Escuchar, observar y preguntar.

Y, sobre todo, crear un espacio donde los niños sientan que pueden hablar sin miedo a decepcionar a sus padres.

Evita quedarte únicamente con el clásico:

"¿Cómo te fue hoy?"

Haz preguntas que les ayuden a recordar su día.

"¿Con quién compartiste el recreo?"

"¿Qué fue lo más divertido que hiciste?"

"¿Hubo algo que no te gustó?"

Esas conversaciones suelen decir mucho más que una simple respuesta de "bien".

Los mejores recuerdos casi nunca empiezan dentro del aula

Con el tiempo descubrí algo que nunca imaginé.

Los momentos que más ayudaron a mis hijos a sentirse parte de España no ocurrieron durante una clase.

Ocurrieron cuando empezaron a vivir experiencias fuera del colegio. Porque llega un momento en que un niño deja de contar los días desde que llegó, y empieza a hablar de los planes que tiene para el fin de semana. Ese cambio parece pequeño, pero significa que está comenzando a construir una vida en España.



Así ocurrió con nuestros hijos

En el caso de Andrés, el fútbol fue el gran puente. Cada tarde bajaba a los parques y plazas del pueblo para jugar con otros niños. Algunos eran españoles, otros venían de Ucrania. Incluso había niños con los que apenas compartía algunas palabras. Pero el idioma dejó de ser importante cuando todos perseguían el mismo balón.

Poco a poco dejó de sentirse como el niño nuevo. Simplemente pasó a ser uno más del grupo.

Con Sofía ocurrió algo diferente. Ella necesitó más tiempo para sentirse cómoda. Al principio le costó conectar con algunas compañeras porque percibía una forma de relacionarse distinta a la que conocía en Latinoamérica.

Todo empezó a cambiar cuando las amistades salieron del colegio. Durante la celebración de Las Fallas (importante festividad de la Comunidad Valenciana) compartió con sus compañeros y con sus familias.

De hecho, nuestra familia salió a recorrer las fallas de Puerto Sagunto, de la mano de los amigos de Sofía, lo que nos permitió conocer una tradición valenciana desde dentro y, al mismo tiempo, sentir que comenzábamos a formar parte de la comunidad.

Otra decisión importante fue la de incorporarse como voluntaria juvenil de Cruz Roja. Ese espacio amplió su círculo de amistades, fortaleció su confianza y le permitió descubrir nuevas oportunidades para participar y aportar.

Al terminar el curso escolar, tanto Sofía como Andrés, asistieron al campamento de verano organizado por Cruz Roja.

Andrés participó como beneficiario de los programas infantiles y Sofía como voluntaria. Cada experiencia fue diferente, pero todas tuvieron algo en común: Les regalaron nuevos recuerdos.

Y esos recuerdos fueron haciendo que España empezara a sentirse cada vez más como su hogar.



Cuando aparece un problema, también hay que actuar

No todo fue perfecto. Hubo una ocasión en la que un compañero avisó a mi esposo de que Andrés estaba siendo provocado por otros niños y que podía terminar en una pelea.

En lugar de esperar a ver qué pasaba, decidimos actuar de inmediato. Escribí a través de la plataforma de comunicación del colegio para dejar constancia de la situación y también informé al tutor. No buscaba señalar culpables. Quería que estuvieran atentos y observaran lo que estaba ocurriendo. Afortunadamente, la situación no pasó a mayores.

Con el tiempo comprendí que esa decisión fue muy importante. He conocido casos de madres que, después de una agresión, solo tomaron fotografías de las lesiones de sus hijos. Pero nunca informaron al tutor ni solicitaron apoyo al departamento de orientación escolar.

Cuando una familia necesita presentar una reclamación o pedir un cambio de centro educativo, es fundamental que exista un historial de comunicación con el colegio.

Documentar una situación y pedir ayuda desde el primer momento protege a nuestros hijos y facilita que el centro pueda intervenir.

El sentido de pertenencia también se construye fuera del colegio

El colegio es solo uno de los escenarios donde un niño empieza su nueva vida. El deporte, los parques, las actividades culturales, el voluntariado, los campamentos, las fiestas tradicionales y otras más, también forman parte del proceso.

Cada experiencia positiva ayuda a que nuestros hijos dejen de sentirse visitantes y empiecen a sentirse parte del lugar donde viven.

¿Qué puedes hacer desde el primer mes?

No esperes a que todas las amistades lleguen por sí solas. Ayuda a tus hijos a retomar aquello que les apasiona. Si les gusta el deporte, busca un espacio donde puedan practicarlo.

Si disfrutan la música, el baile o cualquier otra actividad, anímalos a continuar desarrollándola. Si surge alguna dificultad en el colegio, habla primero con tu hijo y después con el tutor.

La comunicación temprana siempre será una mejor estrategia que esperar a que el problema crezca.

CHECKLIST

Práctico

Durante los primeros meses procura que tus hijos:

☒ Participen en alguna actividad fuera del colegio.	
☒ Mantengan sus hobbies siempre que sea posible.	
☒ Conozcan los parques y espacios públicos de su localidad.	
☒ Participen en actividades culturales o comunitarias.	
☒ Hablen contigo con confianza sobre cómo se sienten.	
☒ Informen cualquier situación incómoda que vivan en el colegio.	
☒ Mantengan una buena comunicación entre la familia y el tutor.	





*La decisión que marcó la diferencia en **nuestra familia***

Aprendí que un colegio puede ofrecer una excelente educación, pero el verdadero sentido de pertenencia se construye mucho más allá del aula.

Escuchar a nuestros hijos, acompañarlos cuando aparecen dificultades y ayudarles a crear nuevas experiencias hizo que, poco a poco, dejaran de sentirse recién llegados.

Porque un niño empieza a sentirse en casa cuando descubre que ya no solo va al colegio en España. También tiene amigos, lugares favoritos, actividades que disfruta y recuerdos que ahora forman parte de su nueva historia.

ERROR 4

ESPERAR QUE TODOS LOS HIJOS SE ADAPTEN IGUAL

Hay una pregunta que muchas familias se hacen durante los primeros meses en España.

"¿Será normal que mi hijo todavía no se sienta feliz?"

La respuesta es sí.

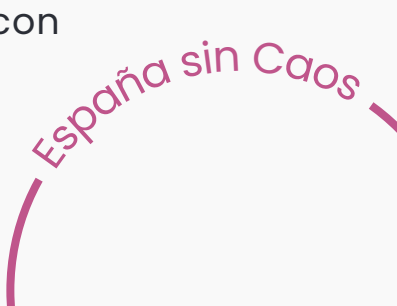
Cada niño vive la migración de una manera diferente. Incluso cuando crecen en la misma casa, reciben la misma educación y llegan al mismo colegio. Comparar sus procesos solo genera frustración.

Dos hijos. La misma familia. Dos historias completamente distintas

Lo viví en mi propia casa. Andrés llegó con mucha ilusión. Desde el principio disfrutó el colegio, encontró espacios donde jugar y poco a poco fue construyendo su nueva rutina.

Con Sofía ocurrió algo muy diferente. Ella llegó en plena adolescencia, una etapa que ya trae suficientes cambios por sí sola. A eso se sumó un nuevo país, nuevas costumbres y una forma distinta de relacionarse con los demás.

Al principio sintió que sus compañeras eran más reservadas de lo que estaba acostumbrada en Latinoamérica. No era rechazo. Era un choque cultural. Entender esa diferencia nos permitió acompañarla con más calma.



No confundas un proceso lento con un problema

Muchos padres empiezan a preocuparse cuando pasan las primeras semanas y sus hijos todavía no tienen amigos o siguen diciendo que extrañan su país. Piensan que algo está fallando. Pero construir una nueva vida no tiene un calendario.

Hay niños que el primer día ya están jugando con todos. Otros necesitan varias semanas. Algunos requieren varios meses para sentirse realmente cómodos.

Ninguno de esos procesos está mal. Cada niño tiene su propio ritmo. Nuestro trabajo como padres no es acelerar ese proceso. Es acompañarlo.

La edad también marca la diferencia

No es lo mismo emigrar con un niño de siete años que con un adolescente de quince.

Los más pequeños suelen adaptarse con mayor facilidad porque encuentran oportunidades para jugar casi en cualquier lugar. Los adolescentes, en cambio, dejan atrás amistades, rutinas y una identidad que ya habían construido.

Por eso necesitan algo más que un colegio. Necesitan encontrar espacios donde puedan sentirse escuchados, aceptados y valorados.

A veces el mayor reto no está en hacer amigos

Hubo una etapa en la que Sofía empezó a sentirse muy frustrada. Se esforzaba muchísimo para estudiar, pasaba largas horas preparando los exámenes y, aun así, los resultados no reflejaban todo ese trabajo. Mientras sus compañeros llevaban años estudiando con la misma metodología, para ella todo era nuevo.

Tenía que adaptarse a otra forma de aprender, a otro ritmo de clases y a otra manera de ser evaluada. Recuerdo varias noches viéndola estudiar hasta tarde. Y también verla llorar cuando sentía que el esfuerzo no era suficiente. En algunos exámenes se bloqueaba por completo.

Como madre, fue muy difícil verla atravesar ese momento.

Pedir ayuda también es una forma de cuidar

Llegó un momento en el que entendimos que nuestro apoyo como padres ya no era suficiente. Decidimos buscar el acompañamiento de una psicóloga. Hoy puedo decir que fue una de las mejores decisiones que tomamos.

La terapia no solo ayudó a Sofía a gestionar la frustración y la ansiedad que estaba sintiendo. También nos dio herramientas a nosotros para comprender mejor lo que estaba viviendo y aprender cómo acompañarla sin aumentar la presión.

Muchas veces creemos que acudir a un profesional significa que nuestro hijo tiene un problema grave. Aprendí algo muy distinto: pedir ayuda a tiempo también es una forma de cuidar.

Y, en muchas ocasiones, evita que una dificultad pasajera termine convirtiéndose en un problema mucho mayor.

Como padres también tenemos que aprender

Uno de los errores más comunes es hacer preguntas que, sin querer, aumentan la presión.

"¿Ya hiciste amigos?"

"¿Todavía estás triste?"

"¿Por qué tu hermano ya está feliz y tú no?"

Aunque las hagamos con buena intención, esas comparaciones pueden hacer que un hijo sienta que está decepcionando a su familia. Con el tiempo entendí que era mucho mejor celebrar los pequeños avances.

Una conversación agradable, una buena experiencia en clase, una nueva amistad, una tarde en la que regresaba a casa con una sonrisa u otras sencillas situaciones más, que constituyen esos pequeños pasos, que poco a poco, construyen la confianza.

¿Qué puedes hacer si notas que tu hijo necesita más tiempo?

Respeta su ritmo.

Escúchalo sin compararlo con sus hermanos ni con otros niños.

Anímalo a participar en actividades relacionadas con sus intereses.

Mantén una comunicación cercana con el tutor cuando sea necesario.

Y si notas que la tristeza, la ansiedad o la frustración se mantienen durante semanas, no tengas miedo de buscar apoyo profesional.

Pedir ayuda nunca será un fracaso.

También forma parte de acompañar bien a nuestros hijos

CHECKLIST

Práctico

Durante los primeros meses recuerda que:

☒ Cada hijo tendrá un ritmo diferente.	
☒ La edad influye en la forma de vivir la migración.	
☒ Un proceso más lento no significa que exista un problema.	
☒ Evita comparar a tus hijos entre sí o con otros niños.	
☒ Celebra los pequeños avances del día a día.	
☒ Mantén una comunicación cercana con el colegio.	
☒ Si la tristeza o la frustración persisten, busca apoyo profesional a tiempo.	





*La decisión que marcó la diferencia en **nuestra familia***

Durante mucho tiempo pensé que ambos hijos vivirían la migración de la misma manera. Me equivoqué. Andrés y Sofía me enseñaron que no existe una única forma de empezar una nueva vida. Cada uno necesitó tiempos, experiencias y acompañamientos diferentes.

Como madre comprendí que mi papel no era acelerar su proceso ni exigirles que reaccionaran igual. Era estar presente, escuchar, pedir ayuda cuando hizo falta y confiar en que, con el tiempo, cada uno encontraría su propio lugar.

ERROR 5

NO SABER CÓMO ACTUAR CUANDO APARECE UN PROBLEMA EN EL COLEGIO

Ningún padre quiere recibir una llamada del colegio porque su hijo ha tenido un problema. Todos soñamos con que la adaptación sea tranquila. Pero la realidad es que pueden surgir dificultades: un conflicto con otros compañeros, un episodio de acoso, un problema con las calificaciones o simplemente un niño que, después de varios meses, sigue sin sentirse bien.

Cuando eso ocurre, lo más importante no es reaccionar desde la rabia. Es actuar con serenidad y seguir los canales adecuados.

01

Paso

El primer paso siempre es escuchar a tu hijo

02

Paso

Después, habla con el colegio

03

Paso

Deja siempre constancia por escrito

El primer paso siempre es escuchar a tu hijo

Antes de sacar conclusiones, dedica tiempo a entender qué ocurrió. Escúchalo sin interrumpir, haz preguntas, pídele que te cuente los hechos con calma. Muchas veces los niños no expresan todo lo que sienten en la primera conversación. Necesitan saber que tienen un espacio seguro donde pueden hablar sin miedo.

Después, habla con el colegio

Uno de los mayores errores que he visto en otras familias es esperar demasiado para comunicar una situación. Si algo te preocupa, informa al tutor cuanto antes. No con una actitud de enfrentamiento, sino con el deseo de que todos puedan ayudar al niño.

Los tutores pasan muchas horas con sus alumnos y, cuando conocen una situación, pueden observar con más atención lo que ocurre dentro del aula y durante el recreo. Muchas veces una intervención temprana evita que un problema pequeño termine creciendo.

Deja siempre constancia por escrito

Este fue un aprendizaje muy importante para mí. En una ocasión recibimos información de que Andrés estaba teniendo algunos conflictos con otros niños. Afortunadamente, la situación no pasó a mayores.

Pero decidí escribir inmediatamente a través de la plataforma oficial de comunicación del colegio para informar al tutor y pedir que prestaran especial atención a lo que estaba ocurriendo. No buscaba señalar culpables. Solo quería que existiera un registro de la situación y que el colegio pudiera actuar si era necesario.

Con el tiempo comprendí que esa decisión fue acertada. Aprendí esta lección gracias a otra madre. Una mamá del mismo colegio vivió una situación mucho más difícil. Su hijo llegó a casa con signos de haber sido agredido por otros alumnos. Ella hizo algo que muchos padres haríamos de forma inmediata. Le tomó fotografías de las lesiones, pero nunca informó al tutor. Nunca solicitó una reunión. Tampoco dejó constancia escrita ante el colegio.

Meses después quiso solicitar un cambio de centro educativo. Cuando le pidieron explicar las razones, no existía ningún registro que demostrara que aquella situación había sido comunicada oportunamente. Las fotografías mostraban lo ocurrido. Pero el colegio nunca había tenido la oportunidad de intervenir.

Aquella experiencia me confirmó que documentar un problema no significa desconfiar del colegio. Significa darle la oportunidad de actuar y proteger también los derechos de nuestros hijos.

Cuando un cambio de colegio puede ser la mejor decisión

No todos los problemas se resuelven en el mismo centro educativo. En ocasiones, cambiar de colegio también puede ser una alternativa válida.

Recuerdo el caso de una familia que asesoré. Habían llegado desde Estados Unidos con dos hijos adolescentes. Uno de ellos nunca consiguió sentirse integrado en el colegio que le había correspondido. Pasaron varios meses y la situación no mejoraba.

Aprovechando el calendario oficial de reclamaciones de la Comunidad Valenciana, les recomendé presentar la solicitud para revisar su caso. Después de la evaluación correspondiente, la administración autorizó el cambio. Además, ambos hermanos pudieron quedar matriculados en el mismo centro educativo.

Para esa familia supuso un cambio muy importante. No porque el nuevo colegio fuera perfecto., sino porque la solución llegó utilizando los procedimientos establecidos.

Conocer las normas también protege a tu familia

Muchas veces pensamos que todo depende de la suerte, pero en España existen procedimientos administrativos para presentar reclamaciones, solicitar revisiones o pedir determinados cambios.

Conocer esos procesos permite tomar mejores decisiones y evitar muchos errores. Por eso siempre recomiendo actuar con tiempo, guardar toda la documentación y mantener una comunicación respetuosa con el centro educativo.

¿Qué puedes hacer si aparece un problema?

Habla primero con tu hijo.

Después informa al tutor.

Solicita una reunión si lo consideras necesario.

Guarda copia de todas las comunicaciones importantes.

Y si la situación continúa, consulta las opciones que ofrece la Consejería de Educación de tu comunidad autónoma antes de tomar decisiones precipitadas. La mayoría de los problemas tienen solución cuando se gestionan a tiempo.

CHECKLIST

Práctico

Si surge una dificultad en el colegio:

☒ Escucha primero la versión de tu hijo.	
☒ Comunica la situación al tutor lo antes posible.	
☒ Utiliza los canales oficiales del colegio.	
☒ Guarda copia de correos y comunicaciones importantes.	
☒ Solicita apoyo del departamento de orientación cuando sea necesario.	
☒ Infórmate sobre los procedimientos oficiales antes de solicitar un cambio de centro.	





*La decisión que marcó la diferencia en **nuestra familia***

Acompañar a nuestros hijos no significa resolver todos sus problemas. Significa estar presentes cuando los necesitan y actuar de forma responsable cuando aparece una dificultad.

En este tiempo he aprendido que, en España, una buena comunicación con el colegio y dejar constancia de lo que ocurre puede marcar una gran diferencia, no porque esperemos que surjan problemas, sino porque, si algún día aparecen, tendremos el camino mucho más claro para proteger el bienestar de nuestros hijos

ERROR 6

CREER QUE ESCOLARIZAR A TUS HIJOS EMPIEZA CUANDO LLEGAS A ESPAÑA

Uno de los mayores errores que cometemos como padres es pensar que todo lo relacionado con el colegio se resolverá cuando aterricemos en España.

Recuerdo que las semanas antes de emigrar fueron muy estresantes. Faltaba poco para nuestro viaje y los colegios de mis hijos en Venezuela se demoraban en la entrega de los certificados de estudios. Me decían que debía esperar hasta terminar el año escolar, y pensaba que, sin esos documentos, mis hijos no podrían estudiar en España. Llamé, insistí, pregunté una y otra vez cómo resolver la situación. Sentía que todo nuestro proyecto migratorio podía complicarse por culpa de unos papeles.

Lo curioso fue descubrir, cuando ya estaba viviendo aquí, que aquellos documentos a los que les di tanta importancia apenas tuvieron relevancia para la escolarización de mis hijos. Hace poco una seguidora me escribió exactamente por el mismo motivo.

Estaba desesperada porque su colegio en Colombia tampoco quería entregarle los certificados antes del viaje. Al leer su mensaje sentí que estaba reviviendo mi propia historia. Por eso decidí incluir este capítulo.

Porque quiero evitarte ese nivel de estrés si estás pasando por algo parecido.

Lo que realmente ocurre en España

Una de las mayores diferencias con muchos países latinoamericanos es que, en Educación Infantil y Primaria, los niños normalmente son escolarizados según su año de nacimiento, no según las notas o certificados académicos que traigan de su país.

Es decir, si tu hijo tiene la edad correspondiente para cursar cuarto de Primaria, lo habitual es que sea ubicado en ese curso. Los certificados escolares pueden servir como información complementaria, pero en la mayoría de los casos no son el documento que determina el curso en el que será matriculado. Esto no significa que no debas intentar traerlos.

Siempre recomiendo traer toda la documentación académica que puedas conseguir. Pero si el colegio pone dificultades o no logras obtener algunos documentos antes del viaje, no des por perdido todo el proceso sin informarte primero.

Muchas familias viven semanas de ansiedad por algo que, finalmente, termina teniendo mucha menos importancia de la que imaginaban.

Entonces... ¿qué documentos sí suelen pedir?

Aunque cada comunidad autónoma puede tener requisitos específicos, normalmente te solicitarán:

- Documento de identidad o pasaporte del menor.
- Documento de identidad de los padres o tutores.
- Empadronamiento o documento que acredite el domicilio en España.
- Libro de familia o certificado de nacimiento, cuando corresponda.
- Tarjeta sanitaria o documentación médica, especialmente en Educación Infantil.
- Cartilla de vacunación en algunas comunidades, sobre todo para niños pequeños.
- Formularios de matrícula que entrega el propio colegio.

En el caso de alumnos que ingresan a la ESO, sí suele ser importante presentar la documentación académica debidamente legalizada o apostillada, ya que el historial escolar tiene mayor peso en esta etapa.

Otro error muy frecuente: llegar sin conocer los plazos

Muchas familias organizan primero los vuelos, la vivienda o el trabajo, y dejan el colegio para el final. El problema es que los procesos de admisión en España tienen fechas.

Generalmente, las solicitudes para el curso siguiente se presentan entre los meses de marzo y mayo. Las listas provisionales y definitivas suelen publicarse entre mayo y junio, y la matrícula normalmente se formaliza entre junio y julio.

¿Significa eso que si llegas en septiembre tu hijo se queda sin estudiar?

No. En España ningún menor se queda sin escolarizar.

Lo que ocurre es que, cuando llegas fuera del periodo ordinario, ya no puedes elegir entre todas las opciones disponibles. La administración buscará una plaza en el centro donde existan vacantes, y eso puede significar que el colegio no sea el que tú habías imaginado.

Por eso siempre digo que una buena planificación comienza mucho antes de comprar los billetes de avión.

Conocer los tipos de colegios también cambia las decisiones

Otro error habitual es pensar que todos los colegios funcionan igual. En España encontrarás tres grandes tipos de centros educativos.

Los colegios públicos, financiados por el Estado y gratuitos.

Los colegios concertados, que reciben financiación pública, pero suelen solicitar una aportación económica mensual y, en muchos casos, tienen un proyecto educativo propio. La mensualidad puede ir desde los 30 a los 100 €.

Los colegios privados, cuyo costo es asumido íntegramente por las familias y ofrecen metodologías y servicios muy diversos. Conocer estas diferencias antes de emigrar te ayudará a ajustar expectativas, presupuesto y estrategia de búsqueda.

Lo que aprendí después de vivir todo el proceso

Si pudiera volver atrás, dedicaría mucho menos tiempo a preocuparme por documentos que finalmente casi no utilizaron y mucho más tiempo a entender cómo funciona realmente el sistema educativo español. Desde antes de venir , dedicaría más tiempo a que los niños aprendan idiomas, especialmente , el inglés, ya que acá el nivel es alto, especialmente en los colegios concertados y privados.

Porque cuando conoces las reglas del juego, dejas de actuar desde el miedo y empiezas a tomar decisiones con seguridad. Eso cambia completamente la experiencia de la migración.

CHECKLIST

Práctico

Antes de viajar asegúrate de:

☒ Intentar conseguir toda la documentación académica posible, pero sin entrar en pánico si falta algún certificado de Primaria

☒ Revisar los requisitos específicos de la comunidad autónoma donde vas a vivir.

☒ Conocer las fechas de admisión y matrícula.

☒ Entender las diferencias entre colegios públicos, concertados y privados.





La lección que marcó la diferencia

Hoy entiendo que el mayor obstáculo nunca fueron los documentos, fue la desinformación.

Cuando no conoces cómo funciona el sistema educativo español, cualquier trámite parece una montaña imposible de subir, pero cuando entiendes el proceso, sabes qué es realmente importante y qué no, todo cambia.

Precisamente ese es el objetivo de este eBook: que llegues a España con información, tranquilidad y un plan claro para que la escolarización de tus hijos no sea una fuente de estrés, sino el primer paso hacia una integración exitosa.

ERROR 7

QUERER QUE TODO SALGA PERFECTO DESDE EL PRIMER DÍA

Si hay algo que he aprendido desde que emigré a España con mis hijos es que la adaptación no ocurre de un día para otro. Sin embargo, muchas familias llegamos con una expectativa muy diferente.

Creemos que, porque hemos preparado el viaje durante meses, encontrado vivienda, conseguido la escolarización y organizado toda la documentación, nuestros hijos deberían adaptarse rápidamente, hacer amigos enseguida, llegar felices del colegio desde el primer día y sentirse como en casa en pocas semanas.

Pero la realidad suele ser otra. Cuando esa expectativa no se cumple, aparece la culpa. Pensamos que hicimos algo mal, que elegimos el colegio equivocado, que debimos esperar un poco más para emigrar, o, peor aún, empezamos a transmitirles esa ansiedad a nuestros hijos sin darnos cuenta.

Con el tiempo entendí que el problema no era la adaptación de mis hijos. El problema eran las expectativas que yo había creado sobre cómo debía ser esa adaptación.

Lo que nadie te dice

Migrar implica empezar una nueva vida, y todo comienzo también trae pérdidas.

Los adultos dejamos atrás a nuestra familia, amigos, trabajo y costumbres. Los niños también.

Ellos dejan a sus abuelos, sus mejores amigos, sus profesores, el parque donde jugaban, su habitación, sus celebraciones familiares y todo aquello que les hacía sentir seguros. Aunque lleguen ilusionados, también están viviendo un duelo y cada niño lo expresa de una forma distinta. Algunos lloran antes de entrar al colegio, mientras que otros dejan de comer.

Hay quienes empiezan a dormir mal. Algunos dicen que quieren volver a su país, y otros simplemente guardan silencio. Nada de eso significa que la migración haya sido un error. Significa que están aprendiendo a vivir en un lugar completamente nuevo, y eso necesita tiempo.

La frase que más escucho en mis asesorías

Hay una frase que se repite constantemente cuando acompaño a familias migrantes.

"Mi hijo nunca había sido así." Cuando profundizamos un poco, casi siempre encontramos la misma respuesta. No es un problema escolar, ni que el niño haya cambiado de personalidad. Tiene miedo, está agotado emocionalmente.

No entiende algunas normas, todavía no encuentra su lugar, extraña a las personas que ama, y necesita sentirse seguro otra vez. Por eso siempre comparto la misma reflexión.

No midas la adaptación de tu hijo por cómo estuvo esta semana. Obsérvala durante el primer año.

La diferencia entre el primer mes y el mes número diez suele ser enorme.

Hay algo que aprendí **demasiado tarde**

Durante los primeros meses yo estaba tan preocupada porque todo saliera bien que, sin darme cuenta, mis hijos terminaron cargando parte de mi ansiedad. Después comprendí algo muy importante. Ellos no solo estaban aprendiendo a vivir en un país nuevo, también estaban aprendiendo de mí cómo afrontar ese cambio.

Si yo transmitía miedo, ellos lo sentían. Cuando yo hablaba de todo lo que habíamos dejado atrás, ellos seguían viviendo desde la pérdida. Pero cuando empecé a celebrar los pequeños avances, a disfrutar de los nuevos lugares y a confiar en que poco a poco todo mejoraría, ellos comenzaron a hacerlo también.

Los niños escuchan nuestras palabras, pero, sobre todo, observan nuestra actitud

Lo que sí puedes hacer para ayudar a tus hijos

No puedes evitar que extrañen, no puedes conseguir que tengan amigos el primer día y no puedes controlar todo lo que ocurre dentro del colegio, pero sí puedes hacer muchas cosas que facilitan su adaptación:

Habla con ellos todos los días. No para preguntar únicamente cómo les fue en clase, sino para conocer cómo se sintieron.

Preguntas tan sencillas como estas pueden abrir conversaciones muy valiosas:

"¿Qué fue lo mejor que te pasó hoy?"

"¿Hubo algo que te hiciera sentir incómodo?"

"¿Con quién jugaste en el recreo?"

"¿Hay algo que podamos hacer juntos para que mañana te sientas mejor?"

Y celebra cada pequeño logro. El primer compañero que aprende su nombre. La primera invitación a un cumpleaños, la primera excursión.

La primera vez que regresan sonriendo del colegio. Son esos pequeños momentos los que, poco a poco, construyen el sentimiento de pertenencia.

Recursos que pueden facilitar la adaptación

No todo depende del colegio. España cuenta con muchos espacios donde los niños pueden integrarse y construir nuevas amistades. Te recomiendo aprovecharlos desde los primeros meses.

AMPA (Asociación de Madres y Padres de Alumnos)

Inscribirte en el AMPA es una de las mejores formas de conocer otras familias, participar en actividades escolares y sentirte parte de la comunidad educativa. Nosotros lo hicimos y fue una decisión que facilitó muchísimo nuestra integración.

Bibliotecas municipales

La mayoría organizan actividades gratuitas como cuentacuentos, clubes de lectura, talleres y actividades familiares durante todo el año.

Escuelas deportivas municipales

Fútbol, baloncesto, natación, gimnasia, artes marciales o danza. Muchas amistades comienzan fuera del aula.

Centros juveniles y Casas de la Juventud

Los ayuntamientos suelen ofrecer actividades culturales, deportivas y recreativas para niños y adolescentes a precios muy accesibles o incluso gratuitas.

Si tu familia atraviesa una situación especialmente difícil durante la adaptación, también existen organizaciones como Cruz Roja Española, Cáritas, CEAR o Accem que ofrecen orientación y apoyo a familias migrantes.

Si en algún momento notas que tu hijo mantiene durante semanas una tristeza profunda, ansiedad intensa, rechazo constante al colegio o dificultades emocionales que afectan su bienestar, no dudes en buscar ayuda profesional. Nosotros también necesitamos ese apoyo.

En nuestro caso, Sofía fue acompañada por una psicóloga especializada en infancia y migración, y esa ayuda marcó una gran diferencia en su proceso de adaptación. Por eso, cuando alguna familia que acompañó lo necesita, siempre les comparto su contacto para que puedan recibir orientación profesional.

Pedir ayuda nunca significa que estés fallando como padre o madre. Significa que estás haciendo todo lo posible para cuidar el bienestar de tus hijos.

Lo que deseo para tu familia

Si has llegado hasta aquí, quiero decirte algo desde el corazón. No existe la migración perfecta, no existe el colegio perfecto, no existe el primer día perfecto.

Lo que sí existe es una familia que decide prepararse, informarse y caminar este proceso con tranquilidad y eso hace toda la diferencia.

No busques hacerlo todo perfecto, busca hacerlo con información, con planificación, con expectativas reales. Sobre todo, acompañado.

Porque emigrar ya es un reto suficientemente grande como para recorrerlo solo.



CHECKLIST

Práctico

Durante los primeros meses recuerda:

☒ Dale tiempo a tu hijo para adaptarse.	
☒ No compares su proceso con el de otros niños.	
☒ Habla con él todos los días sobre cómo se siente.	
☒ Mantén comunicación constante con el tutor.	
☒ Participa en las actividades del colegio y del AMPA.	
☒ Busca espacios donde pueda hacer nuevos amigos fuera del aula.	
☒ Si notas que necesita apoyo emocional, busca ayuda profesional sin sentir culpa.	





La lección que quiero dejarte

Después de todo lo que vivimos como familia, entendí que la adaptación no depende de que todo salga perfecto, sino de que nuestros hijos se sientan seguros.

Depende de que sepan que, aunque estén lejos del lugar donde nacieron, siguen teniendo un hogar, y ese hogar no es un país. Ese hogar somos nosotros.

Si este eBook te ha ayudado a comprender mejor cómo funciona la escolarización en España y te ha dado un poco más de tranquilidad, imagina todo lo que podemos conseguir si planificamos juntos el proceso antes de que tu familia llegue.

Mi mayor deseo es que puedas vivir esta etapa con menos incertidumbre, tomar decisiones con seguridad y evitar los errores que muchas familias, incluida la mía, cometimos por falta de información.

Porque una migración bien planificada no elimina todos los desafíos, pero sí hace que el camino sea mucho más tranquilo para toda la familia.



**ANTES DE
DESPEDIRNOS...**

Si has llegado hasta aquí, probablemente compartimos algo más que el interés por el sistema educativo español. Quizá también compartimos un sueño: el de ofrecerles un mejor futuro a nuestros hijos, el de estudiar, crecer profesionalmente o empezar una nueva vida en España.

Hace poco más de un año, yo estaba exactamente donde hoy puedes estar tú, con ilusión, con miedo, con decenas de preguntas y con la responsabilidad de tomar decisiones que cambiarían el futuro de toda mi familia.

Durante más de veinte años soñé con vivir esta experiencia. Cuando finalmente llegó el momento de emigrar, descubrí que la información estaba dispersa, que abundaban los consejos contradictorios y que cada trámite parecía más complicado de lo que realmente era.

También descubrí algo mucho más importante: una migración bien planificada cambia por completo la experiencia de una familia.

Mientras mis hijos se adaptaban a un nuevo colegio y construían una nueva vida, yo cursaba un Máster en Gestión de Negocios Digitales en la Universitat Politècnica de València, no fue un año fácil. Hubo incertidumbre, cansancio, momentos de duda y muchos aprendizajes. Pero, también hubo crecimiento.

Ese mismo año tuve el honor de graduarme y recibir el reconocimiento como **Mejor Compañera del Máster**, un logro que recibí con enorme gratitud porque confirmó algo en lo que siempre he creído: los títulos abren puertas, pero son la empatía, la generosidad y el deseo genuino de ayudar los que dejan huella en las personas.

Al mismo tiempo, veía a mis hijos enfrentarse a sus propios desafíos. Uno de los momentos que más marcó a nuestra familia fue acompañar a Sofía durante su adaptación al sistema educativo español. Hubo dificultades académicas, momentos en los que parecía que repetir curso era la única opción y días en los que todo se hacía cuesta arriba. Pero nunca dejó de intentarlo.

Verla graduarse de 4.º de la ESO fue mucho más que asistir a una ceremonia. Fue la confirmación de que, cuando una familia se prepara, se acompaña y no se rinde, los resultados llegan. No siempre tan rápido como quisiéramos, pero llegan.

Fue precisamente esa experiencia la que dio origen a **España Sin Caos**. No nació con la idea de crear un negocio.

Nació porque entendí cuánto estrés, dinero y tiempo pueden ahorrar las familias cuando cuentan con información clara, planificación y alguien que ya recorrió ese camino.

Hoy acompaño a profesionales, estudiantes y familias latinoamericanas que desean venir a España para estudiar o construir una nueva etapa de su vida. Mi objetivo no es tomar decisiones por ti, es ayudarte a que tomes las mejores decisiones para tu caso.

Porque cada familia es diferente, cada proyecto migratorio también, y por eso creo en un acompañamiento cercano, personalizado y basado en la experiencia real.

Si después de leer este eBook sientes que necesitas orientación para planificar la escolarización de tus hijos o resolver las dudas sobre tu proyecto migratorio, será un placer acompañarte.

Puedes contactarme directamente por
WhatsApp: +34 613 928 612

Envíame un mensaje contándome tu caso y estaré encantada de ayudarte a construir un plan claro para que tu llegada a España sea mucho más tranquila.

Gracias por permitirme acompañarte hasta aquí. Deseo de corazón que este eBook haya reducido algunos de tus miedos y aumentado tu confianza. Recuerda siempre esto:

Los sueños no tienen fecha de vencimiento. Solo necesitan decisión, preparación... y un buen plan.

Nos vemos muy pronto en España.

Con cariño, Yajaira Arrieta Cabrera
Fundadora de España Sin Caos

LA EDUCACIÓN ABRE PUERTAS.
LA PLANIFICACIÓN ABRE CAMINOS.
Y NINGUNA FAMILIA DEBERÍA EMIGRAR SINTIÉNDOSE SOLA.