



C.E.I.P El Peralejo

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN



Comunidad de Madrid

PLAN DE ACOGIDA EMOCIONAL CEIP EL PERALEJO

Reincorporación del alumnado

Curso 2020-2021

Contenido

1.- Introducción.....	2
2.- Objetivos del Plan de Acogida por la pandemia del COVID-19.	2
3.- Organización del Plan Acogida por la pandemia del COVID-19.....	2
3.1.- Periodo de adaptación a la nueva situación.	2
3.2.- Actuaciones con los alumnos y familias.....	3
3.2.1.- Actuaciones en relación a la finalización del curso escolar 2019-2020.....	3
3.2.2.- Actuaciones de acogida para el alumnado durante la incorporación a los centros educativos al inicio de curso escolar 2020-2021.....	3
3.2.3.- Actuaciones de acogida para las familias durante la incorporación a los centros educativos al inicio de curso escolar 2020-2021.....	6
4.- Ayuda para la gestión emocional frente al COVID-19.	7
5.- Conclusión.....	8

1.- Introducción.

La situación de la pandemia del Covid-19 y el confinamiento han alterado la vida diaria de alumnos y familias de nuestro centro. A través de un Plan de Acogida se dará respuesta a las diferentes situaciones emocionales vividas por los niños con la finalidad de ayudar a la adaptación de la vuelta al colegio de la mejor manera posible y siguiendo las recomendaciones de las administraciones educativas y sanitarias.

Además de las medidas sanitarias este Plan presenta acciones pensadas para priorizar el cuidado a las personas en el ámbito emocional, en especial, a aquellas en las situaciones de mayor vulnerabilidad emocional y social. Tras la crisis generada por la pandemia, es necesario que los centros educativos diseñen medidas y acciones para encauzar el impacto emocional que se haya producido en el alumnado.

De este modo, el Plan recogerá las medidas y actuaciones que se pondrán en marcha desde el primer día de llegada al centro con el fin de conseguir una adaptación progresiva del alumnado al entorno escolar, a su profesorado y a sus compañeros, dado que el proceso natural y ordinario de convivencia y adaptación quedó repentina y bruscamente interrumpido, rompiéndose la habitual rutina de contacto social en el entorno escolar. Estas medidas perseguirán que de manera tranquila se retome la senda de la nueva normalidad educativa, superando los problemas socio-emocionales que hayan podido surgir.

2.- Objetivos del Plan de Acogida por la pandemia del COVID-19.

- Acoger a los alumnos y a las familias teniendo en cuenta las diferentes situaciones emocionales vividas.
- Ayudar a los alumnos a gestionar sus emociones.
- Fomentar planes de actuación basados en el diálogo.
- Incorporar cambios metodológicos en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Atención y seguimiento individualizado de los alumnos que lo necesiten, en especial de los alumnos con necesidades educativas especiales.
- Seguir con los protocolos establecidos por las administraciones educativas y sanitarias de la Comunidad de Madrid.
- Incorporar actividades relacionadas con las necesidades de acompañamiento, apoyo y refuerzo de contenidos curriculares.
- Facilitar la adopción de medidas de prevención, higiene y promoción de la salud frente a Covid-19.

3.- Organización del Plan Acogida por la pandemia del COVID-19.

3.1.- Periodo de adaptación a la nueva situación.

El periodo de acogida y adaptación al centro se llevará a cabo en el mes de Septiembre y Octubre de 2020, siguiendo las indicaciones sanitarias y educativas.

Desde el centro se cuidará la incorporación de los alumnos y se llevarán a cabo dinámicas de grupo que ayuden a la gestión emocional del alumnado y a realizar un seguimiento de la situación del Covid-19 y cómo actuar:

- Se utilizarán diferentes metodologías participativas como mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje, basadas principalmente en el diálogo y la comunicación, donde los alumnos puedan compartir sus sentimientos y emociones vividas.
- Se generarán tiempos y espacios para la expresión de emociones y sentimientos derivados de la pandemia y las situaciones vividas.
- Se extremarán las medidas para la detección y, en su caso, derivación a los profesionales del Departamento de Orientación, EOEP o, si es preciso, a Servicios especializados externos, de situaciones especialmente delicadas: subsiguientes a procesos de duelo patológico por fallecimientos, enfermedades sobrevenidas, trastornos emocionales...
- Habrá flexibilidad y diversidad en el abordaje de las acciones.
- Planes de convivencia basados en el diálogo, la comprensión, la solidaridad, el apoyo y acompañamiento y la pedagogía de los cuidados a las personas.
- Relevancia de la intervención de los diferentes perfiles profesionales de la orientación educativa.

3.2.- Actuaciones con los alumnos y familias.

3.2.1.- Actuaciones en relación a la finalización del curso escolar 2019-2020.

1. Con el alumnado:

Las acciones necesarias contemplaron actividades a través de mensajes o correos electrónicos individuales, videollamadas, videoconferencias de grupo que permitieron “cerrar” todo el trabajo desarrollado durante el curso y logros conseguidos, valorando el esfuerzo y la implicación de todo el alumnado, especialmente, durante la etapa del confinamiento.

2. Con las familias:

A través de los medios pertinentes se informa a las familias del trabajo efectuado con el grupo durante la etapa del confinamiento:

- Valoración final del tercer trimestre.
 - Breve resumen de todo el trabajo realizado.
 - Felicitación y valoración positiva de todo lo llevado a cabo.
 - Tareas y actividades que pueden realizar durante el verano.
- Informaciones académicas
 - Resultados académicos de este curso.
 - Decisiones de promoción.
 - Perspectivas del nuevo curso.
 - Libros de texto y materiales para el próximo año.

3.2.2.- Actuaciones de acogida para el alumnado durante la incorporación a los centros educativos al inicio de curso escolar 2020-2021.

Nuestro equipo educativo será una parte fundamental para la vuelta al colegio, seremos el modelo de gestión emocional y los encargados de transmitir a los alumnos las normas y protocolos que deben cumplir, cuidando su correcta ejecución para su seguridad. El equipo docente trabajará en valores liderados por la responsabilidad individual, la salud, la solidaridad y el restablecimiento de los vínculos afectivos.

Con el alumnado:

- Tratamiento de los aspectos emocionales del comportamiento que han estado viviendo en función de su propia individualidad, personalidad, espacio social y cultural, situaciones de enfermedad o vulnerabilidad que se hayan podido experimentar.
- Planificación de la actividad incorporando en torno a una hora semanal a este tipo de actuaciones y contenidos, al menos durante la primera quincena o mes en educación infantil y primaria
- Especialmente importante es la detección de situaciones emocionales de riesgo, y toma de decisiones, en su caso.

Las acciones arriba señaladas están orientadas a la **consecución de un adecuado desarrollo afectivo y equilibrio personal** a través de:

- Potenciación de los sentimientos de autoestima, autoeficacia y autoconfianza.
- Reconocimiento, identificación y comunicación de las emociones.
- Adquisición de habilidades y estrategias de regulación emocional.
- Apoyo y acompañamiento en los procesos de duelo.
- Detección y derivación, en su caso de posibles situaciones de ansiedad.
- Detección de pensamientos negativos y alternativas del pensamiento.
- Desarrollo de actividades para autogenerar emociones positivas.

Así mismo, se potenciará el **desarrollo de relaciones interpersonales y relaciones en el grupo** a través de

- Desarrollo de la comunicación asertiva, la escucha activa, los estilos de comunicación.
- Profundización sobre factores ligados a la autoestima a partir de actividades de valoración positiva entre iguales.
- Desarrollo de acciones para generar comunicación interpersonal y confianza en el grupo.
- Identificación y reconocimiento de emociones en los demás.
- Establecimiento de un clima de centro y aula basado en el respeto a las opiniones y la confianza.
- Manejo de las habilidades sociales básicas (asertividad, control del estrés, gestión pacífica de conflictos...) y complejas (negociación, mediación, liderazgo...)

También se tendrá en cuenta el **desarrollo de medidas higiénicas, sanitarias, de prevención y promoción de la salud para lo que se contempla llevar a cabo:**

- Sesiones informativas de las reglas higiénico-sanitarias que deben aplicarse en su actividad cotidiana, llevadas a cabo por los tutores dentro del Plan de Acción Tutorial, enfermera del centro (Coordinadora General COVID) y coordinadores de Infantil, Equipo P1 P2 P3 y Equipo P4 P5 P6 para COVID:
 - Recuerdo sistemático de las medidas adoptadas en el centro para prevenir los contagios y promocionar la salud a través de cartelería y señalética presente en las aulas y en el centro; cartelería y señalética amigables para la infancia que faciliten el cumplimiento de las medidas.
 - Se dedicará un tiempo diario al recuerdo de las pautas de higiene y limpieza.
 - Se informará a los alumnos acerca de las normas de deambulación por el centro.
 - Debe explicarse el uso correcto de la mascarilla ya que un mal uso puede entrañar más riesgo de transmisión.
- Sesiones semanales de Gestión de Emociones del alumnado.
- Especial atención a la acción tutorial desarrollada a través del P.A.T., así como a la transversalidad del trabajo de las emociones y expresión de sentimientos desde las propias materias.

- Refuerzo de la acción tutorial con alumnos y familias.

Se diseñarán e implementarán actividades de educación para la salud que incluyan las medidas de prevención, higiene y promoción de la salud frente a COVID-19, para hacer del alumnado agentes activos en la mejora de la salud de la comunidad educativa:

- **¿Por qué?:** es necesaria una concienciación sobre la importancia de la adopción de las medidas de prevención y control de la enfermedad en el alumnado y en todo el personal, además de la adquisición de las habilidades necesarias. De esta manera pueden contribuir además a que otras personas de sus hogares o del entorno social aprendan también a prevenir y evitar la transmisión del COVID -19, así como a ganar control sobre su propia salud y bienestar.
- **¿Qué debe incluir?:** los aspectos básicos que debe incluir la educación para la salud en relación a COVID-19 son los síntomas de la enfermedad, cómo actuar ante la aparición de síntomas, medidas de distancia física y limitación de contactos, higiene de manos y resto de medidas de prevención personal, uso adecuado de la mascarilla, conciencia de la interdependencia entre los seres humanos y el entorno y fomento de la corresponsabilidad en la salud propia y en la salud de los otros, prevención del estigma...
- **¿Cuándo?:** conviene realizar un recordatorio al inicio de la mañana de las medidas básicas hasta que se adquieran las nuevas rutinas. Además, se puede trabajar en otros espacios a valorar por el equipo docente como en las tutorías o incluyéndose de manera transversal en el contenido de otras asignaturas o en proyectos interdisciplinares.

Desde el **punto de vista pedagógico, didáctico y académico** se tendrá en cuenta:

- Recoger ideas generales de las orientaciones remitidas o que se remitan por parte de las **direcciones generales** de centros:
 - Análisis de la nueva situación académica y asimilar el nuevo proceso de aprendizaje.
 - Reorganización de rutinas y planificación de tiempos.
 - Diseño de un plan de refuerzo adecuado a las necesidades reales, estableciendo mecanismos de refuerzo y compensación.
 - Establecimiento de objetivos personalizados a las características de cada alumno que se sitúen dentro de sus posibilidades de obtención de éxito.
 - Diseño de un plan de seguimiento individual de la evolución del alumnado.
 - Fomento de la motivación intrínseca del estudiante.
 - Optimización del proceso de enseñanza-aprendizaje desde el análisis por los tutores y equipos docentes de las dificultades de cada alumno.
- **Acciones de los Tutores**
 - Facilitar la integración del alumnado en el grupo y fomentar su participación en las actividades del centro.
 - Colaborar en la elaboración e implementación de un plan integral que favorezca la identificación de emociones y la expresión de sentimientos.
 - Encauzar las demandas e inquietudes de su alumnado mostrando una escucha activa y empática.
 - Orientar y asesorar al grupo y sus familias sobre sus necesidades y posibilidades académicas.
 - Comprender y atender al alumnado que se encuentran en situaciones más vulnerables.

- **Acciones del Departamento de Orientación o del Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica:**
 - Colaborar con claustro de profesores del centro, bajo la dirección del Jefe de estudios, en la elaboración y programación de medidas específicas de refuerzo y compensación dirigidas al alumnado que lo precisen.
 - Prevención y detección temprana de dificultades o problemas que puedan afectar a su proceso de aprendizaje y bienestar, realizando la derivación a servicios especializados si fuera necesario.
 - Diseño de actividades específicas de comunicación y expresión de las emociones enmarcados dentro del Plan de acción tutorial.
 - Asesoramiento a las familias e instituciones para favorecer el desarrollo y el bienestar del alumnado.

- **Acciones de los equipos docentes:**
 - Favorecer procesos de mejora educativa a través de la programación de actividades educativas.
 - Estimular actitudes de diálogo y escucha para el logro de un clima de confianza en el aula.
 - Contribuir al seguimiento del alumnado en su proceso de enseñanza- aprendizaje favoreciendo el desarrollo integral de la persona.

3.2.3.- Actuaciones de acogida para las familias durante la incorporación a los centros educativos al inicio de curso escolar 2020-2021.

La idea sería completar acciones a tener en consideración e implementar con las familias en clave de orientación, asesoramiento y apoyo:

- Informar sobre actividades de formación específica para familias.
- Desarrollo especial de la acción tutorial en grupo.
- Facilitar orientaciones elaboradas por Colegios profesionales y otras organizaciones sobre la atención a la infancia y adolescencia en esta situación de confinamiento. La infancia y la adolescencia son etapas sensibles y vulnerables en las circunstancias de confinamiento que estamos viviendo. El Colegio Oficial de la Psicología de Madrid quiere dotar a las familias de una ayuda con estas diez píldoras psicoeducativas que se han elaborado para ofrecer consejos muy prácticos para el manejo de cuestiones esenciales en estos días: el manejo del duelo en niños y adolescentes, las dificultades de sueño, el establecimiento de normas y límites, el desarrollo de la responsabilidad y la autonomía, la contención de las demandas de querer salir a la calle, el cuidado y atención de las emociones en las familias, la gestión de las obligaciones escolares, el abuso tecnológico en menores, las situaciones especiales con niños con dificultades especiales (TEA, TDAH, problemas de conducta) y la prevención de reacciones emocionales posteriores cuando finalice el confinamiento:

<https://www.copmadrid.org/web/comunicacion/noticias/1497/pildoras-psicoeducativas-el-confinamiento>

Consultar también: Materiales elaborados por el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid para mejorar el estado de salud emocional de los afectados por el brote de coronavirus:

<https://www.copmadrid.org/web/comunicacion/noticias/1504/guias-recomendaciones->

4.- Ayuda para la gestión emocional frente al COVID-19.

La situación vivida por alumnos y familias en todo este período de confinamiento ha creado diferentes formas de manifestar las emociones y estas pueden variar entre unos y otros ya que el desarrollo evolutivo influye en cómo se experimentan las situaciones y en cómo ellos expresan sus emociones. Los sentimientos y emociones que podremos observar de forma más habitual debidos a esta situación son los siguientes:

- **El miedo:** esta reacción emocional suele ser la más frecuente, especialmente para los alumnos más pequeños, a quienes les puede haber afectado en relación a los hábitos y ritmos del sueño. Por la noche pueden llegar a sentir miedo por esta situación. Es bueno escucharles y que expresen sus miedos. Para tratar de reducir esta sensación, una de las recomendaciones es leer relatos o cuentos con ellos, apoyándonos en la realidad en la que ese miedo se acabe esfumando con el trabajo de nuestros profesionales sanitarios y con el apoyo y colaboración de todos. Con el alumnado de más edad es importante trabajar el miedo a enfermar y el miedo a la muerte dado que son más conscientes de esa posibilidad y ésta se ha podido volver más cercana si han sufrido la pérdida de un ser querido. Se tendrán que valorar individualmente aquellos casos que pudieran derivar en algún tipo de trastorno emocional.
- **Inseguridad e incertidumbre:** Enfrentarse a la incertidumbre es uno de los procesos más complejos para el ser humano ya que implica “no poder hacer nada”, tan solo aceptar la situación que se está viviendo. Es importante valorar positivamente los comportamientos adecuados y ayudarles a desarrollar su autoconfianza reconociendo sus progresos por lentos o pocos que sean. Con los alumnos más mayores, hablar, dialogar y razonar con ellos, compartir momentos juntos en familia, donde se sientan comprendidos y escuchados.
- **Ansiedad:** es un mecanismo adaptativo que se ha generado al intentar dar respuesta a algo que vivimos como una amenaza (Covid-19) y que genera tanta incertidumbre. Es aconsejable hablar de cómo se sienten, realizar ejercicios de respiración si lo necesitan, practicar actividades físicas, fomentar buenos hábitos de alimentación y hábitos de sueño e higiene. Cuidar las relaciones sociales es otro aspecto importante que en estos momentos a través de las nuevas tecnologías se ha estado consiguiendo.
- **La tristeza:** estar lejos de sus familiares, profesores o amigos del colegio, puede generar esta sensación en nuestros alumnos. Por ello es aconsejable explicarles que la tristeza aparece al añorar algo, el llanto en este sentido es muy beneficioso, facilita la aceptación de la emoción y nos ayuda a sentirnos mejor. Uno de los comportamientos más adecuados que acompañan a esta emoción es la de tratar de recordar y, en la medida de lo posible, recrear momentos felices, situaciones que resultaran agradables para ir dejando la tristeza y que esta se vaya convirtiendo en una cierta nostalgia, emoción mucho menos intensa.
- **La ira:** la sensación de injusticia e impotencia por causas como las descritas anteriormente puede motivar el enfado. Hay que explicar que esta situación no depende de nosotros y que tenemos que ser pacientes, ayudar y sobrellevar lo mejor posible la situación. Como adultos hay que ayudar a contener respuestas emocionales inadecuadas y ofrecerles al mismo tiempo alternativas de respuestas más adaptativas. Al dar un contexto a la emoción ésta se vuelve menos intensa, es fundamental en estos casos la empatía, la comprensión sobre los sentimientos de los demás y el dar “espacio y tiempo” para la gestión de la emoción.
- **Duelo por pérdida de un ser querido:** es una de las situaciones más duras de toda la pandemia. El proceso de duelo es más complicado dadas las circunstancias en las que no se

han podido realizar las despedidas sociales que facilitan este proceso y por ello es importante transmitir a nuestros padres que expliquen a sus hijos lo que ha ocurrido, siempre adecuando a su edad el lenguaje que se utilice.

5.- Conclusión.

Es importante poder trabajar con nuestros alumnos la capacidad de adaptación a la nueva situación tras la pandemia por el Covid-19. Debemos ayudarles con diferentes estrategias para superar las adversidades vividas de la mejor manera posible y, en consecuencia, aprendan con ello a resolver posibles desafíos futuros de forma exitosa, siendo más optimistas y más capaces. Es importante normalizar la manifestación de dichas emociones siendo flexibles en cada situación y enseñando a resolverlo de manera adecuada.