

1-9-2020

Plan de Acción Tutorial

Plan de Apoyo Socio Emocional

PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

Plan de Apoyo Socio Emocional

¿Por qué hacer estas actividades?

Algunas orientaciones para su puesta en práctica.

Las actividades aquí propuestas están enmarcadas dentro de un enfoque preventivo, con el objetivo de reducir y amortiguar el impacto emocional negativo producido por la crisis del COVID-19, facilitando la incorporación del alumnado al entorno escolar.

En el primer bloque se desarrollan las actividades recomendadas para realizar el primer día de vuelta al centro educativo. Dentro de un enfoque de prevención primaria se incluye como prioritaria la educación para el cumplimiento de las medidas sanitarias de protección de la salud, que se incorporan en las actividades ordinarias del aula y centro, para fomentar en toda la comunidad educativa el autocuidado y la protección personal. Todo ello unido a actividades de acogida y reencuentro que permitan la expresión emocional compartida de la vivencia durante el aislamiento y el período no presencial de enseñanza.

En el segundo bloque de actividades, se desarrollan aquellas que desde el enfoque de la prevención secundaria ahondan en los principales problemas o déficits que pueden presentar algunos alumnos para potenciar sus fortalezas a través de estas “Vacunas Emocionales”.

Orientaciones para la puesta en práctica de las actividades:

1. En el momento de llevar a cabo las actividades se tendrán en cuenta las medidas sanitarias establecidas para la fase de desescalada en que se encuentra cada municipio: distancia social, lavado de manos, uso de material propio, mascarilla..., etc.
2. Leer y organizar las actividades de forma previa ayuda a que el profesorado pueda imaginar distintas respuestas y situaciones que se puedan presentar con el alumnado en desarrollo de las mismas. La anticipación facilita el éxito.
3. Es necesario facilitar y fomentar la expresión emocional de todos los alumnos, en ocasiones los más afectados se inhiben en la expresión de sus emociones y sentimientos.

4. El docente es su modelo. En muchas ocasiones precisan que les contemos cómo hemos vivido nosotros la situación para comenzar ellos a expresarse. Hablar en primera persona es una estrategia muy útil.
5. El profesor, en el desarrollo de las actividades, y tras recoger los sentimientos expresados realiza una síntesis de todo lo aportado por el alumnado y expresa que son válidas todas las emociones y sentimientos vividos
6. Es preciso tener en cuenta la ansiedad latente en el alumnado y en toda la comunidad docente. Esta ansiedad es esperable y está justificada tras una pandemia, tal y como se indica en las fases de respuesta habituales ante las catástrofes.
7. Con los datos de la observación se completa la **Fotografía alumnado vulnerable en el aula** (Ver más abajo) y se inicia la detección de alumnos en riesgo. Dependiendo de las características previas del grupo hay que valorar, además, si algún maestro especialista puede proporcionar más apoyo.
8. Valorar qué actividades son las más idóneas y adecuadas de entre las propuestas para acnees. Entendemos que los criterios de elección de las alternativas de las actividades son diferentes según las características de los grupos y los alumnos que los integran.
9. En las primeras horas lectivas, si el tutor del curso anterior continúa en el centro es la persona idónea para hacer las actividades en su grupo, con la finalidad de facilitar su expresión emocional y el cierre de la situación vivida. Estas actividades deben ser compartidas con el nuevo tutor para facilitar el conocimiento del alumnado y la continuidad de las actuaciones.
10. Si el maestro no ha sido su docente de referencia, y su contacto con este alumnado ha sido breve o escaso, es conveniente comenzar con una actividad de conocimiento grupal.

Unas ideas:

- Estas actividades son una guía, las puedes adaptar y enriquecer como consideres.
- Es necesario que sientas que las actividades van a ser útiles.
- Pueden ayudar a tus alumnos/as a expresar y gestionar las vivencias que están teniendo durante esta situación.
- Disfruta con las actividades que les vas a plantear; que los alumnos/as perciban ese entusiasmo en ti. “
- Ten en cuenta que eres un referente para tus alumnos/as, su guía.

- Expresa tus propios sentimientos, háblales de tus experiencias, tus miedos... Esto les servirá de modelo ejemplo para que ellos se expresen
- Recuerda que, como tutor/a o docente de referencia, quién más conoce a los alumnos eres tú. Y si aún no los conoces, esta va ser tu oportunidad. No te la pierdas.

Fotografía del alumnado vulnerable del aula.

A. ¿Cómo están mis alumnos/as?

Tras la experiencia de crisis sanitaria vivida hasta el momento, la vuelta a clase no será “la vuelta a clase de siempre”. Será necesario ampliar la mirada hacia los alumnos/as al igual que hace el objetivo de una cámara fotográfica. Ampliar para ver más y ver mejor... Para ello servirá de ayuda conocer qué aspectos deben observarse con más detalle de lo que hacemos habitualmente.

Este documento pretende ser una guía donde se indican los criterios para poder completar la tabla de esa nueva fotografía que queremos tomar de nuestros alumnos/as.

B. Dirigir la mirada - ¿A quién mirar?

Nuestra mirada fotográfica irá dirigida a todos los alumnos/as. No obstante, los que ya presentaban necesidades educativas especiales, dificultades de aprendizaje o situaciones adversas y socio-familiares en desventaja, son mucho más vulnerables. Posiblemente sufran en mayor medida las consecuencias de la situación vivida y presenten agravamiento o dificultades añadidas a las que ya tenían. Por lo tanto, debería considerarse especialmente:

1. Alumnado que presente dificultades asociadas a experiencias adversas previas a la pandemia y que cuenten con escasos recursos de apoyo personal, social o familiar para hacerles frente (situación de pobreza, maltrato, progenitores con trastornos mentales o adicciones, etc.).
2. Alumnado con alteraciones o trastornos del comportamiento.
3. Niños con hiperactividad e impulsividad (TDAH y otros).
4. Alumnado con trastorno del espectro autista, por presentar mayores niveles de estrés y ansiedad ante los cambios en sus rutinas habituales.
5. Puede haber niños/as con Síndrome de Asperger a los que les cueste especialmente la vuelta a la normalidad educativa, por temor a salir del entorno seguro que ha significado para ellos en este tiempo el contexto familiar.

6. Por último, entre el alumnado, habrá una parte reducida que sufra consecuencias graves, no asociadas a las mencionadas anteriormente, y que también habrá que atender de manera más específica y continuada en el tiempo.

C. Registro de aula - ¿Qué mirar?

a. Educación Infantil y Primaria

- Regresiones a etapas previas del desarrollo: lloriquear, estar más apegado, hablar como si fueran más pequeños, orinarse en la cama.
- Cambios en los hábitos y rutinas de alimentación y sueño.
- Somatizaciones (síntomas relacionados con la ansiedad u otras emociones negativas, como dolor de cabeza muy intenso, de tripa, torácico, palpitaciones, molestias en el pecho o dificultad para respirar, etc.)
- Mayor irritabilidad con despuntes de conductas problemáticas o disruptivas. Mayor desobediencia o rebeldía ante las normas.
- Están más alterados, mayor agitación. Inestabilidad.
- Más tristeza y sensibilidad. Mayor nerviosismo y ansiedad,
- Miedo a la enfermedad, al contagio (virus) y al riesgo para la salud personal y de sus personas queridas.
- Se acrecientan los miedos, la preocupación y la ansiedad, asociados a la incertidumbre, los cambios en sus rutinas, la posibilidad de enfermedad y muerte de abuelos o familiares, de pérdida de trabajo de los padres, etc.

Es importante tener en cuenta que los niños pueden hacer una interpretación desajustada de la información que reciben, tanto de sus padres y profesores como de los medios de comunicación.