

# **PLA D'EDUCACIÓ EMOCIONAL**

Escola Bressol la Pitota

Curs 2020-21

## Índex

Introducció .....	3
1. Relació família i escola.....	4
2. Paper de les mestres.....	6
3. Temps d'acollida .....	9
4. Indicacions per a les famílies .....	11

## Introducció

Després d'aquests dos mesos i mig de confinament, sense escoles i amb una reobertura dels centres educatius parcial, tota la comunitat educativa es troba en un moment de retrobament, canvi i evolució.

El confinament ha afectat a l'alumnat d'educació infantil, sobretot en relació a l'aspecte de la socialització. La crisi sanitària de la COVID-19 ha posat en evidència desigualtats socials i n'ha provocat el seu augment.

La situació actual condiona el disseny de les aules en el futur més immediat i fa que sigui imprescindible posar atenció i donar resposta als infants més vulnerables i als contextos més crítics.

Cal garantir el dret a l'educació a tots els infants i que esdevingui bé comú. L'educació ha d'estar fonamentada per l'equitat, la atenció a la diversitat, la igualtat d'oportunitats i la inclusió.

Més que mai, necessitem acompanyar emocionalment el retorn a l'escola, incorporant accions i mesures que afavoreixin el benestar dels infants, famílies i mestres.

## 1. Relació família i escola

Perquè l'infant se senti acompanyat i segur a l'escola bressol, és imprescindible que hi hagi una bona relació entre la família i el centre educatiu. Cal que sigui una relació oberta, propera, de confiança, complicitat, empatia i respecte mutu. És essencial treballar perquè quan una família tingui un dubte, una angoixa, una aportació,... es senti amb la total llibertat i confiança per poder-ho expressar i compartir amb la mestra del seu fill/a i/o fer-ho extensiu a tot l'equip educatiu.

Mestres i famílies han de mantenir una bona comunicació, treballant conjuntament en l'educació dels infants. És important que hi hagi coherència entre els hàbits, normes i valors que s'ensenya a l'infant des de casa i els que aprendrà a l'escola bressol, amb la finalitat de compartir criteris i pautes que afavoreixin els aprenentatges del nen/a i el seu desenvolupament a nivell integral.

Davant l'exclusivitat del moment actual, com a mestres, és important que tinguem un coneixement previ de com ha viscut el confinament cada infant i la seva respectiva família. Cal conèixer de ben a prop si per ells/es ha estat una situació plàcida o complexa. I a partir d'aquí, poder saber com està l'infant i què necessita ell/a i la seva família. Això també ens permetrà poder detectar i anticipar possibles problemes i desajustos (conductes regressives, trastorns en l'alimentació,...). És per tot això, que seria convenient planificar i portar a terme una trobada d'intercanvi inicial per de les característiques de l'infant i dels següents aspectes:

- Com heu viscut el confinament, a nivell familiar i personal? Com us ha afectat?
- Com és la relació de l'infant amb les persones que no pertanyen al seu nucli familiar?
- Com ha afectat la situació en l'organització familiar?
- Ha canviat alguna rutina a casa?
- Ha canviat el rol d'algun membre de la família?
- Hi hagut canvis en l'actitud, comportament i/o conducta del nen/a durant o després d'aquests mesos?

- Teniu alguna angoixa i/o inquietud envers la situació? I sobre com serà l'estada dels vostre fill/a a l'escola bressol?
- Què us agradaria que us aportéssim a vosaltres i al vostre fill/a des de lla nostra escola?

Per fer un bon seguiment de com està el nen/a a l'escola, i tenint en compte la importància de l'etapa 0-3, és positiu oferir temps i espai per les trobades d'intercanvi.

- Una a finals del primer trimestre
- Una grupal d'aula (cafè pedagògic) al segon trimestre.
- Una al tercer trimestre que es complementarà amb l'informe escrit.

A més a més, s'oferirà la possibilitat de fer més trobades sempre que la família ho desitgi o la tutora de l'infant ho cregui necessari. Des de l'escola, es dóna molt valor i importància als moments de les entrades i sortides al centre, ja que es poden aprofitar com a un moment per parlar amb la família sobre el que calgui. Si l'infant veu i pren consciència d'aquesta relació diària, es sentirà més segur.

Independentment d'aquestes trobades, i amb la intenció de poder oferir més eines que afavoreixin una relació oberta i transparent entre l'escola i les famílies, es facilitaran els següents canals de comunicació:

- Agenda personal
- Twitter
- Bloc
- Piulapp
- Porta-folis
- Documentacions de l'escola

Cal fomentar la implicació, la participació i la col·laboració dels pares, mares, avis, àvies,... obrint l'escola a les famílies, potenciant les propostes obertes i trobades: reunions, entrevistes, tallers, xerrades, conferències, jornades per acondicionar els espais de l'escola bressol, etc. En moments com aquests,

s'afavoreix la socialització entre totes les parts que formen la comunitat educativa (famílies, famílies-mestres i famílies-infants). D'aquesta manera, a més a més, les famílies es senten participants del projecte educatiu de l'escola i part activa de la comunitat educativa.

## **2. Paper de les mestres**

Cal aprofitar aquesta crisi com a una oportunitat per plantejar i reflexionar sobre l'escola bressol tant a nivell organitzatiu com metodològic. Primerament, tal i com s'ha esmentat anteriorment, caldrà fer un diagnòstic per saber com haurem d'intervenir.

El més important serà poder acompanyar emocionalment i crear un vincle afectiu amb l'infant. Convivim amb els infants i hem d'acompanyar-los, observant i escoltant les seves inquietuds i necessitats, perquè aquests se sentin reconeguts, acceptats i estimats, estant presents en cada un dels moments en que el nen/a està a l'escola.

L'escola ha de ser un entorn favorable on s'afavoreixi l'aprenentatge i on es permeti gestionar les emocions. Entenem que totes les emocions (alegria, tristesa, por, ràbia, frustració,...) són necessàries i estan integrades en tot el procés de vida, formant part del procés d'aprenentatge dels infants. Quan parlem d'acompanyament emocional és rellevant reconèixer i posar nom a les emocions, cal identificar i validar els sentiments dels infants per saber què els hi està passant i com podem actuar.

La nostra funció com a mestres és generar confiança als infants i a les famílies. Hem d'acompanyar a l'infant, ajudant-lo a sostenir la seva emoció fins que aquesta trobi el seu lloc o la sortida. Cal acompanyar-los en el reconeixement de l'emoció per a poder anomenar-la i vincular-la amb sensacions que percep i obrint canals d'expressió quan aquests no sorgeixen de manera espontània.

Els mestres hauran de ser capaços d'estar presents i disponibles durant el desenvolupament de l'infant, oferint-li un acompanyament respectuós, d'empatia i de consol quan calgui. Mitjançant una observació atenta, intervindrem en els moments precisos. Aquests són els moments en els quals l'infant busca la nostra mirada o cal resoldre alguna situació o necessitat. D'aquesta manera, ens hi

acostarem, des del respecte, l'escolta activa i acompanyant-lo per trobar una via per la canalització de la seva emoció. Potser en aquell moment, l'infant no voldrà un contacte físic i caldrà respectar-ho. Ell/a ens mostrarà el que necessita, i si en aquell moment no ho sap, li hem de fer veure que quan ho sàpiga, nosaltres seguirem estan allà.

Com a equip docent, haurem de treballar perquè l'educació sigui més que transmissió de coneixements, sinó que també fomenti la relació de tota la comunitat educativa i connecti els aprenentatges amb la vida perquè aquests siguin funcionals i significatius.

Partirem, doncs, des de l'infant com a ésser que viu té sentiments que afecten a la seva manera de ser, fer i pensar. Així com també un ésser competent, amb drets i capacitats, amb curiositat i protagonista del seu propi aprenentatge. La nostra tasca és afavorir les seves capacitats innates d'exploració, descoberta i moviment. Haurem de disposar d'eines, recursos i mecanismes per orientar als infants i personalitzar l'èxit de cadascun d'ells i elles. Haurem de tenir la capacitat d'acompanyar-lo en el joc, sense dirigir l'acció, pensant i organitzant els infants, els espais, els temps, les activitats de la vida quotidiana i garantint la seguretat.

- Grups d'infants: Cal que els grups siguin el màxim d'estables i que la tutora estigui de forma continuada amb el grup.
- Espais: Dissenyar els espais perquè aquests siguin segurs, càlids i acollidors. De la mateixa manera, han de ser espais que combinats i complementats amb els materials esdevinguin font d'aprenentatge. Hauran de ser espais canviants, afavorir la descoberta a partir del joc i adaptar-se al nivell evolutiu, interessos i necessitats dels infants.
- Temps: Afrontar amb flexibilitat els horaris del transcurs de dia a dia a l'escola bressol.
- Vida quotidiana: Tenir cura d'aquelles activitats que formen part de la vida quotidiana, present en cada moment del dia a dia de l'escola bressol. Haurem de destinar-hi el temps necessari a les estones d'higiene, d'alimentació, de descans, etc...fent que l'infant es senti respectat i cuidat

- i també, potenciant la seva autonomia perquè cada vegada sigui més capaç i lliure.
- Seguretat: Tenir responsabilitat i garantir les mesures sanitàries i higièniques pertinents. El professorat ha de ser capaç de fer una detecció precoç davant de possibles contagis i a partir d'aquí, actuar en conseqüència, seguint les directius del Departament d'Educació.

Hem d'entendre el procés d'aprenentatge com un acte individual però que passa en un entorn social, per tant és important fomentar espais que afavoreixin la relació i la socialització entre el grup d'iguals perquè aquests comparteixin, dialoguin, cooperin, etc. Cal potenciar-ho, sobretot ara que la socialització ha mancat durant el temps de confinament.

Les mestres hauran de buscar i trobar l'equilibri entre acollir i oferir propostes, en funció de l'estat de l'infant i les necessitats que aquest/a tingui. Durant els primers dies, caldrà oferir als infants propostes que afavoreixin el contacte directe amb l'adult, l'aproximació amb la mestra, per tal d'anar forjant i teixint un vincle afectiu segur i de confiança. Caldrà, doncs:

- Assegurar que els infants tinguin les necessitats bàsiques cobertes.
- Anticipar verbalment l'acció que es portarà a terme ja que aporta seguretat als infants.
- Oferir-los-hi contacte físic i verbal a través de les paraules, la mirada, el somriure, una abraçada, un petó, una carícia.
- Donar molta importància a les estones destinades a les assembles en els grups de 1-2 i 2-3.
- Oferir als tres grups d'edat propostes com: jocs de falda i de dits, cantar cançons, capces de música, narrar històries/explicar contes, titelles, sessions de control del cos i de la respiració, massatges,...
- Posar a l'abast dels infants una capsula amb objectes personals: objecte que li porti seguretat (mussolina, du-du,...) objecte que identifiqui el pare o la mare, àlbum amb fotos de la família,...



Llavors, amb el pas dels dies i a mida que l'infant es trobi més tranquil, segur i còmode a l'aula i als diferents espais de l'escola, podrem començar a oferir-los-hi els recursos necessaris per desenvolupar propostes de:

- De llum
- De psicomotricitat: cos i moviment lliure
- D'Atelier: experimentació, creativitat, ciència,...
- De música
- De joc i descoberta de l'entorn

Tenint en compte que durant el confinament, els infants no van poder sortir a l'exterior i per els múltiples beneficis que aquest ens aporta, cal implementar més aprenentatges a l'entorn de l'escola i fomentar més activitats a l'espai exterior.

Les diferents propostes hauran de contemplar les diferents intel·ligències múltiples i possibilitar la connexió entre aprenentatges establint eixos transversals. Aquestes hauran de ser programades en base a uns objectius i un cop desenvolupades, caldrà avaluar la posada en pràctica i fer una valoració dels resultats, per tal de poder millorar. Pel que fa l'avaluació dels infants, s'ha de partir de la premissa que s'ha de valorar la curiositat, l'interès per aprendre i el procés d'aprenentatge més que els resultats.

### **3. Temps d'acollida**

El temps d'acollida sempre és important però després del confinament ocasionat per la crisi sanitària de la COVID-19, tenint en compte que els infants han estat a casa compartint el mateix temps i espai únicament amb les persones del seu nucli familiar, i que alguns d'ells/es farà 6 mesos que no assisteixen a l'escola, el procés d'adaptació del curs vinent es pot veure agreujat i pot ser més llarg en el temps.

Haurem de ser conscients que aquests infants passaran per una separació física, temporal i afectiva de la seva família i que s'hauran d'adaptar a un nou espai, a noves persones i a noves dinàmiques. Caldrà tenir cura d'aquest temps d'acollida obviant que el procés d'adaptació seria únic i diferent en funció de com

ho visqui cada nen/a. El període d'adaptació acostuma a ser un temps curt, tot i ser obert i sense un final concret, però sempre és un moment molt intens emocionalment. És primordial, valorar aquest procés com un moment delicat i summament important. Per aquesta raó, tots tres cicles d'edat els mesos de setembre i octubre es contempen com "adaptacions".

Serà primordial oferir una atenció individualitzada a cada infant per tal de conèixer-lo, cobrir les seves necessitats, donar resposta a les seves inquietuds, i per sobre de tot, poder vetllar pel seu benestar, fent que es senti respectat i estimat. Per tot això, durant el procés d'acollida caldrà oferir als infants un vincle de seguretat i afecte, construint el seu espai i la seva pertinença en el grup.

A l'hora d'organitzar els diferents grups d'infants i en mesura del possible, seria favorable mantenir la mestra de referència del curs anterior, per tal de facilitar el procés d'adaptació i afavorir en el benestar de l'infant a l'escola bressol. La incorporació de l'infant a l'escola ha de ser gradual: es començarà amb poques hores d'assistència i s'arribarà progressivament, en funció de com estigui l'infant, a l'horari desitjat. Cal mantenir la puntualitat d'entrada i sortida a l'escola i que l'assistència sigui continuada.

És important que les famílies acompanyin als infants, que allarguin el moment de l'entrada i que passin una estona amb ells/es a l'escola. De mica en mica, les famílies aniran escurçant l'entrada, essent el comiat cada vegada més breu i clar i recordant sempre als infants que se'ls anirà a recollir.

A través de l'organització de l'espai, la distribució dels materials, la interacció de les mestres dins l'aula, els sons i les olors, s'haurà de procurar crear un ambient tranquil i relaxat. L'ambient i les seves característiques està estretament lligat amb les emocions. Durant els primers dies, els infants passaran la major part del temps a la seva aula per tal d'acostumar-se a l'espai i identificar aquella aula com la seva. Caldrà, assegurar que l'espai sigui acollidor i en aquest sentit, s'aconsella que durant els primers dies els espais siguin especialment amplis i permetin la lliure circulació. Amb el pas dels dies i en funció de com estiguin els

infants, els hi oferirem la possibilitat de conèixer l'espai exterior i els altres espais de l'escola: el taller d'art, la sala, etc.

Les mestres hauran de tenir eines d'observació per poder transmetre i facilitar a les famílies tota la informació de com està anant el procés d'adaptació i tanmateix, convidar-los a implicar-s'hi.

L'adaptació del curs 2020-21 ha d'assegurar la flexibilitat del procés i deixar marge a possibles canvis, ja que es tracta d'un procés de retorn a l'escola perseguit per una situació excepcional. Per això, el mes de setembre i octubre les avaluacions estan centrades en la vida quotidiana, les adaptacions i l'aspecte emocional. A partir de novembre, ja s'avaluen totes les altres àrees: motriu, art, llum, sortides, espais d'aprenentatge, hort i lingüística.

#### **4. Indicacions per a les famílies**

Per poder cuidar els infants, és indispensable que primer es cuidin les famílies. Si el pare i la mare estan tranquils, transmeten aquesta tranquil·litat al seu fill/a, afavorint així en el benestar de tots plegats.

No només durant el procés d'adaptació, sinó durant tota l'escolarització dels infants, cal que les famílies transmetin calma i serenor, aproximant el canvi en positiu i encomanant aquest estat emocional optimista als seus fills/es. Les famílies han de tenir una actitud positiva cap a l'escola bressol: parlant-ne positivament, preguntant i animant a l'infant que expliqui què ha fet, fer ús de les cançons, els jocs,... i incorporar aquestes experiències com a elements de la vida quotidiana de la família.

Cal que des de casa es doni importància a les descobertes que l'infant faci a l'escola bressol i donar valor a les relacions que estableix amb totes les persones del centre educatiu. El retorn a l'escola serà un temps en que les emocions prendran protagonisme. En aquest sentit, Sandra Luque, mestra d'educació infantil, ens dóna aquestes 5 pautes que ens poden ajudar a oferir un bon acompanyament emocional als infants:

- Comunicació fluida. És clau escoltar-nos i comunicar-nos, esmentar el que necessitem, el que volem, el que no, quina emoció ens ha generat més benestar i quina més inquietud. Només escoltant-nos, ens podrem conèixer, respectar i saber com comportar-nos i quines necessitats atendre en aquesta comunitat.
- Validació. Tenir temps i espai per compartir emocions i per parlar-ne. És just en aquest moment quan és molt interessant poder validar-les. Validar les emocions, vol dir donar-los-hi un espai i un lloc, enlloc de “tapar” o “excusar” ni l'emoció, ni el comportament.
- Empatia. Així doncs, partint de la comunicació fluida i la validació de les emocions, podrem treballar l'empatia. El suport emocional hi juga un paper realment interessant, ja que quan coneixem les necessitats i ritmes dels altres, els podem comprendre millor, posar-nos al seu lloc i saber què estan passant. Així doncs, un cop hem parlat i escoltat, comprendre la situació ens oferirà una situació de benestar més relaxada i confortable.
  - Els més petits necessiten aquesta empatia i paciència per comprendre que el que els està passant és lògic i sa. Simplement acompanyem el que observem lliure de judicis.
- Límits. Cal recordar la importància d'establir límits clars, concrets i estables. Cal fer-ho des del respecte i els límits no han de reprimir les seves necessitats, si no que cal establir-los per garantir seguretat i normes de convivència.
- Relativització. La relativització està íntimament lligada amb els límits. Tenim a les nostres mans el millor moment per relativitzar, adaptar-nos a la situació i acomodar-nos.

Un bon acompanyament emocional de l'adult afavorirà el benestar de l'infant, tant a nivell emocional com físic i psíquic, ajudant-lo a créixer en equilibri.