Publicado en Madrid el 30/09/2020

Entrevista a Isabel Ortín, Responsable del Departamento de Orientación del Colegio Logos

"La vuelta a las clases presenciales puede afectar al aprendizaje de los alumnos si desatendemos el acompañamiento emocional adecuado"

La pandemia del COVID-19 ha causado importantes trastornos en la vida diaria tanto de los adultos como de los niños, y estos están sintiendo estos cambios de manera significativa. El regreso a la escuela es bienvenido y emocionante para muchos estudiantes, mientras que otros se sienten ansiosos o asustados ante la vuelta a las clases. Isabel Ortín, Responsable del Departamento de Orientación del Colegio Logos, da las claves para saber cómo puede afectar esta situación emocionalmente a los alumnos y señala algunos indicadores que pueden ayudar a familias y profesores.

Ante la vuelta a las clases y en cómo ha afectado la situación a los niños, Isabel Ortín señala que “la mayor parte de nuestros niños y adolescentes van a superar estos momentos de vuelta al colegio sin grandes dificultades. Desde el Colegio Logos hemos adoptado un comportamiento sensible y comprensivo, aportándoles la ayuda y el acompañamiento emocional que necesitan. No obstante, algunos han sufrido y sufrirán un impacto psicológico dependiendo de su vulnerabilidad, edad, personalidad y situación familiar. Además del miedo al contagio propio, los niños y adolescentes dicen tener miedo a que a algún familiar le pase algo malo (duelo sin duelo). Algunos sienten altibajos emocionales, momentos de tristeza o ganas de llorar sin causa aparente, dicen tener o haber sentido momentos de ira o enfado ante la situación pasada y actual. Ahora sienten cierta frustración porque la forma de relacionarse con los amigos, a los que han echado tanto de menos, ha cambiado”.

Y en el caso de los adolescentes, “a esto hay que unir cierta ansiedad por la incertidumbre sobre su futuro”, recalca Ortín.

Para ayudarles a enfrentarse al miedo al contagio, ahora que han recuperado sus rutinas, según Isabel Ortín, “lo más habitual es que los alumnos estén emocionados por volver al colegio y recuperar sus rutinas, y aunque tengan miedos, confían en nosotros. Es importante manifestarles que si seguimos las normas no tiene por qué haber ningún problema, y si lo hay, los adultos sabremos cómo proceder y los protocolos a seguir (racionalización de los miedos)”.

En cuanto a los indicadores que deben identificar familias y profesores si algo no marcha bien a nivel emocional, Ortín destaca que se debe atender a:

Miedo excesivo a la enfermedad, inseguridad, tendencia a ver lo negativo de una situación o reacciones emocionales excesivas.

También hay que estar alerta si se observa que ha perdido la motivación, le cuesta más ilusionarse con las cosas que hace, esforzarse por mejorar, solo reacciona con amenazas y castigos o muestra

dificultades a la hora de comunicar.
Si prefiere estar solo y no muestra interés por salir de casa y sobre todo si hay abuso de los juegos de pantallas.
También si a pesar de la vuelta al horario escolar, presenta problemas de sueño y desorden en los hábitos alimenticios que pueden vincularse a la ansiedad o al estrés.

Ante la pregunta que se hacen muchos padres sobre si las experiencias traumáticas como el COVID-19 pueden afectar el aprendizaje, Ortín subraya que “el momento tan duro y difícil que nos ha tocado vivir y la incertidumbre con la que nos toca volver, puede afectar al aprendizaje de los alumnos si no proporcionamos los apoyos académicos necesarios y si desatendemos el acompañamiento emocional. En el Colegio Logos somos muy conscientes de ello, por eso, desde el inicio del curso escolar, con ayuda de todo el Departamento de Orientación al completo, identificamos necesidades educativas y socioemocionales y ponemos en marcha planes de actuación junto con las familias, desde los primeros días del curso”.

La vuelta a las clases ha llevado a la creación de los grupos burbuja donde cabe la posibilidad de que los niños sean separados de sus amigos y por tanto, sentirse aislados, a lo que Ortín señala que “en este sentido, en el Colegio Logos hemos podido observar que los niños se han adaptado muy bien y no tardan en volver a socializar con otros niños. Nuestros profesores vigilan que ningún niño se encuentre solo y los animan y ayudan a relacionarse con otros niños afines en gustos e intereses. En el Colegio también trabajamos con las figuras de los alumnos anfitriones para que ayuden a los alumnos nuevos en su proceso de adaptación”.

Alentar a los niños a seguir las precauciones (lavarse las manos con frecuencia, distanciamiento físico, etc.) en el colegio sin crear alarma es difícil, por lo que Ortín da algunas claves como que “en el colegio debemos seguir fomentando el cuidado personal, así como el cuidado de los demás. Los alumnos más mayores cuentan con valores de solidaridad que facilitan tomar las precauciones necesarias para evitar el contagio. Sin embargo, con los más pequeños funciona muy bien una dosis de juego e imaginación; como decorar y personalizar las mascarillas, participar en la elección de estas según sus gustos o colores preferidos o jugar a ser superhéroes que tienen tres superpoderes (las tres conductas de prevención) con los que vencer al coronavirus. Otra alternativa exitosa son los cuentos o video cuentos que explican a los niños el coronavirus y la situación derivada de su aparición o los dibujos a través de los cuales los niños simbolizan su mundo”.

En definitiva, “es muy importante el refuerzo positivo, decirles lo bien que lo están haciendo y que así han vencido hoy al virus. Puntualmente se puede recompensar con algún premio no material (hacer algo juntos). Poco a poco irán interiorizando las nuevas rutinas y hábitos, sobre todo si ven en nosotros naturalidad y ejemplo”.

Claves para apoyar la salud mental de los niños durante este momento de nueva normalidad
El mejor protector emocional para los niños, según Ortín, “es facilitar la expresión y el desahogo emocional, ayudando a identificar y validar lo que sienten sin quitarle importancia. Apoyarles en la construcción de una buena autoestima, que parta del reconocimiento de debilidades y fortalezas y les ofrezca una base firme y segura para afrontar las dificultades. Ayudarles a mantener un optimismo inteligente que no es más que la habilidad que busca obtener el aspecto positivo de cualquier

situación, que le permita pensar con ilusión y esperanza y centrarse en las soluciones con perseverancia".

"A nuestros hijos y alumnos les da seguridad, en esta nueva normalidad, el recuperar horarios, estructura y rutinas de sueño y alimentación, y la relación con sus iguales", destaca Isabel Ortín.

Respecto a diferentes tipos de herramientas emocionales que puedan ayudar a padres y profesores para apoyar a los alumnos a nivel emocional, Ortín señala: " En el Colegio Logos nos preocupa mucho el estado emocional de nuestros alumnos. Desde los primeros cursos de infantil y primaria llevamos años trabajando con el programa de Inteligencia Emocional `RULER´, creado y avalado por la Universidad de Yale. Y ya hemos comprobado que ayuda a los alumnos a crear herramientas emocionales y sociales muy útiles y especialmente relevantes para afrontar el momento que nos ha tocado vivir. A través de este programa estamos poniendo en marcha acciones compartidas por todo el profesorado, que nos permiten aproximarnos a nuestros alumnos desde el punto de vista emocional y psicológico. La herramienta fundamental es el diálogo con los chicos, la comunicación de lo vivido con anterioridad y en el momento actual. A través de las tutorías estamos generando momentos en los que compartimos pensamientos, emociones, cambios en sus vidas durante estos meses pasados y cimentando los AFECTOS en un ambiente amable y de escucha".

Y por último, Ortín añade que "dependiendo de la edad de nuestros alumnos, estamos trabajando con diferentes actividades como la visualización de vídeos, lectura de cuentos o video cuentos, realización de dibujos o relatos y posterior reflexión grupal o individual. Al recordar el pasado estamos preparando también a nuestros alumnos a afrontar el futuro dotándoles de herramientas para ello".

El Colegio Logos es un colegio bilingüe, localizado en la zona noroeste de Madrid, que está posicionado entre los 10 mejores colegios de España, según el Ranking El Mundo 2020. Un colegio que se basa en la educación con valores, internacionalización, innovación educativa y espíritu deportivo.

Datos de contacto:
Logos International School
91 630 34 94

Nota de prensa publicada en: Madrid

Categorías: Educación Sociedad Madrid Ocio para niños

NotasdePrensa
https://www.notasdeprensa.es