

AGRADECIMIENTOS

Este *Plan de apoyo socioemocional VOLVAMOS +CERCANOS* surge a iniciativa de la Consejera de Educación y Cultura de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, Dña. María de la Esperanza Moreno Reventós, que designa para su realización al Servicio de Atención a la Diversidad dependiente de la Dirección General y Subdirección General de Innovación Educativa y Atención a la Diversidad. Desde estas instancias se encarga a los directores de los Equipos Específicos de Convivencia Escolar y al de Dificultades del Aprendizaje y TDAH para que dirijan este proyecto.

Los profesionales de la orientación de estos dos equipos han sido los responsables de planificar las tareas de diseño, investigación, redacción y creación de materiales y recursos del presente *Plan de apoyo socioemocional VOLVAMOS +CERCANOS*, siendo también los encargados de dar la formación que se deriva de su divulgación. Los miembros que forman ambos equipos constituyen el *Equipo Base* encargado de la elaboración de este Plan que tiene como finalidad última amortiguar el impacto socioemocional en la comunidad educativa de la crisis sanitaria a la vuelta a los centros escolares.

A su vez, el resto de Equipos Específicos dependientes del Servicio de Atención a la Diversidad, realizarán las adaptaciones que pudiesen ser necesarias para el alumnado con requerimientos más específicos, y que serán integradas posteriormente como anexos a este trabajo. También se han sumado en este Plan, en los recursos que aparecen en la página web, materiales elaborados por algunos de los técnicos del Servicio de Atención a la Diversidad y de algunos Equipos Generales.

Este es, pues, el resultado de tres meses íntegros de esfuerzo y trabajo de las diez personas que formamos ambos equipos y que se complementan paralelamente con las aportaciones finales antes reseñadas.

Las propuestas y actividades del presente Plan se suman a su vez a las actividades que se generan durante el confinamiento para apoyar a profesorado, alumnos y familias en el llamado “*APRENDIZAJE +E*” con el que existe coordinación. Para ambas intervenciones se cuenta con la colaboración altruista de Lola Cano Gil, profesora jubilada, que realizó en un principio el soporte informático e infográfico de la página Web y de la adaptación del Plan al formato de esta Web. Deseamos expresar un agradecimiento especial y personalizado a ella por esta inestimable labor, así como a todas y todos los miembros de nuestros dos equipos que han puesto lo mejor de sí en esta tarea sobre todo con mucha motivación y corazón tanto a nivel profesional y personal. Queremos hacer una mención muy especial a todas nuestras familias y las de nuestros compañeros/as por su paciencia y comprensión a la hora de acompañarnos en esta tarea que nos ha absorbido tanto estos últimos meses.

Por último un agradecimiento general a todas las personas que lo han hecho posible y que lo van a implementar.

Marisol Martínez Marín y Lorenzo Antonio Hernández Pallarés.

Directores de los EOEP Específicos de Convivencia y Dificultades de Aprendizaje y TDHA
Consejería de Educación y Cultura de la Región de Murcia

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Justificación del Plan de apoyo socioemocional "VOLVAMOS +CERCANOS".

En España se decreta el estado de alarma, mediante el Real Decreto 463/2020 de 14 de marzo, para la gestión de crisis sanitaria ocasionada por el COVID 19. En su artículo 9, " Medida de contención en el ámbito educativo y de la formación", punto 1, se indica que se suspende la actividad educativa presencial en todos los centros y etapas, ciclos, grados, cursos y niveles de enseñanza contemplados en el artículo 3 de la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación.

Para la Administración y los profesionales del sistema educativo de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia constituye una responsabilidad profesional prestar apoyo psicopedagógico al alumnado, y al conjunto de la comunidad educativa, tras sufrir la situación de confinamiento domiciliario por la catástrofe provocada por la pandemia por COVID 19 vivida a nivel global mundial, y en nuestro país, desde el mes de marzo de 2020.

Este compromiso se recoge, incluso, en la legislación educativa autonómica al establecer como actuación general para atender a la diversidad del alumnado "el apoyo psicológico a los alumnos y alumnas víctimas del terrorismo, de catástrofes naturales, maltrato, abusos, violencia escolar o cualquier otra circunstancia que lo requiera" (artículo 5.3 apartado d del Decreto 359/2009, de 30 de octubre, por el que se establece y regula la respuesta educativa a la diversidad del alumnado en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia).

También específicamente, en las Instrucciones del 20 de Abril de 2020 de la Consejería de Educación y Cultura sobre medidas educativas para el desarrollo del tercer trimestre del curso 2019-20 motivadas por el impacto del COVID 19 en los Centros educativos de la Región de Murcia.

Para hacer efectivas las instrucciones previas, será necesaria la actuación coordinada de todos los niveles de intervención educativa, empezando por las autoridades educativas que marcarán las directrices de funcionamiento según avance la incorporación a las clases, siguiendo en todo momento las instrucciones de seguridad sanitaria. De la misma forma, se llevarán a cabo las actuaciones necesarias que permitan la vuelta a la normalidad educativa con un sentido de estructura, rutina y normalidad para profesionales docentes y no docentes, alumnado y sus familias.

El reequilibrio personal de los alumnos pasa, ineludiblemente, por asegurar el adecuado bienestar psicosocial de los propios docentes, por lo que los equipos directivos prestarán una especial atención al estado psicoemocional de sus claustros, para la detección y atención de sus necesidades.

Los centros educativos desempeñan un papel fundamental en el proceso de adaptación a la nueva realidad en la vida de los menores y a sus familias. Para favorecer el equilibrio socioemocional hay que tratar de ofrecer a los niños y al conjunto de la comunidad educativa, lo más tempranamente posible, un entorno

escolar seguro donde restablecer sus rutinas diarias. La normalización será, por tanto uno de los principios fundamentales que orienten las intervenciones que se realicen en el marco de este Plan de actuación.

El conjunto del profesorado, dirigido y apoyado por los equipos directivos y la administración educativa, se encargará de concretar en sus centros las diferentes medidas y actuaciones que se pondrán en marcha para atender al alumnado en esta situación de crisis. Para tal fin se pretende proporcionar información, materiales y propuestas de actividades estructuradas según los diferentes momentos de una intervención preventiva.

Dentro de este Plan se incluyen como destinatarios a profesorado, familias y alumnado, así como otros profesionales de los centros educativos. Si bien, en el caso de equipos directivos y profesorado, los propios receptores del programa de intervención son, a su vez, las personas responsables de parte de su aplicación. Por tanto, la atención a estos profesionales y la previsión de una formación básica dirigida a ellos es fundamental para poder hacer un trabajo eficaz y coordinado.

Por las consecuencias que pueden derivarse de esta situación, en los ámbitos social, educativo, sanitario, etc., también es imprescindible garantizar la coordinación de servicios e interinstitucional, que permita atender la variedad de situaciones que puedan presentarse dentro del Plan de apoyo socioemocional “VOLVAMOS+CERCANOS” que presentamos.

La situación de confinamiento que ha provocado la pandemia del Covid-19, según la definición de la OMS se considera una catástrofe (“cualquier fenómeno que provoca daños, perjuicios económicos, pérdidas de vidas humanas y deterioro de la salud y de las vidas humanas y de servicios sanitarios en medida suficiente para exigir una respuesta extraordinaria de sectores ajenos de la comunidad o zona afectada”). Además, en esta situación, aunque no hay destrucción de bienes materiales, sí se dan unos efectos psicológicos en toda la población que se pueden equiparar a las consecuencias psicológicas valoradas tras las diferentes catástrofes analizadas.

Los servicios de orientación de la Región de Murcia han intervenido de forma directa en al menos tres catástrofes naturales anteriores, como son el terremoto de La Paca y Zarzadilla de Totana (2005), el terremoto de Lorca de 2011¹, y más recientemente en Los Alcázares tras la Dana (2019). En ellas se realizaron intervenciones de apoyo psico-emocional dirigidas a alumnos, profesores y familias.

Los resultados positivos obtenidos por éstas prácticas, aconsejan que dicha experiencia se tenga en cuenta y pueda ser extrapolada, adaptándola a la situación de alarma y confinamiento domiciliario, vivida tras la pandemia global por el coronavirus COVID-19.

Las pandemias tienen mucho en común con otras situaciones de catástrofe (impacto comunitario, impredecibilidad y fatalidades varias). Pero en las pandemias se dan unas características diferentes, como son las medidas de separación y la

¹ <http://diversidad.murciaeduca.es/publicaciones/lorca/doc/completo.pdf>),

necesidad de guardar una cuarentena en situación de confinamiento domiciliario. Esta reclusión puede afectar a los niños y a sus familias, disminuyendo su capacidad de resiliencia (Sprang & Silman, 2013)².

Cuando la situación afecta a toda la colectividad, se requiere el confinamiento en los hogares, es necesario hacer frente a las consecuencias con los propios medios, y si éstas se prolongan en el tiempo con unos efectos devastadores, se habla de otro término, que según expone Protección Civil se conoce como "calamidad"³.

Después de analizados estos términos, nos decantamos por el de pandemia, como una situación específica de catástrofe, cuyas características principales se exponen en la siguiente tabla:

Aparición	Imprevista, repentina.
Duración	Difícil de determinar.
Personas afectadas	Población general.
Medidas adoptadas	Limitación de movilidad, confinamiento de la población, extremar medidas higiénicas, distancia social.
Consecuencias	<ul style="list-style-type: none"> - Emocionales. - Económicas. - Laborales. - Educativas. - Sanitarias. - Sociales. - Psicológicas.
Intervención	No demorable

Tabla 1 Elaboración propia en referencia a (Sprang, G., & Silman, 2013)

Siguiendo en todo momento las instrucciones de las autoridades sanitarias, y dada la complejidad de la situación, se propondría una incorporación progresiva no sólo en lo que se refiere a la presencia física, sino también en la capacidad de cada miembro de la comunidad educativa para integrar, superar y aprovechar las experiencias vividas. Por tanto, sería necesario proporcionar una educación flexible que responda a las necesidades y capacidades emocionales, cognoscitivas y sociales del alumnado, así como de los demás miembros de la comunidad educativa que se hayan visto más afectados. Es decir, crear un ambiente de aprendizaje seguro, protegido y acogedor que permita estrechar también la colaboración con los padres/ madres de nuestro alumnado.

² Sprang, G., & Silman, M. (2013). Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster medicine and public health preparedness*, 7(1), 105-110.

³http://www.proteccioncivil.es/catalogo/carpeta02/carpeta25/guiadidac_ipc/data/pdfs/unidad_didactica_01.pdf.

1.2. Enfoque Preventivo.

El presente *Plan* de apoyo socioemocional VOLVAMOS +CERCANOS se fundamenta en un enfoque preventivo por el que se diseñan las actuaciones destinadas, tanto a evitar como a eliminar o minimizar los efectos negativos que esta situación haya podido provocar en la comunidad educativa.

Se establecen, pues, tres momentos o fases preventivas:

1. Prevención primaria, que incluiría:

- Consensuar y educar en el cumplimiento de las medidas sanitarias de protección de la salud. Esto supondría incluirlas, tanto en las normas de aula y centro, como procurando que la comunidad educativa desarrolle una actitud y hábito de cuidado y protección personal, más allá del cumplimiento de la norma concreta.
- Actividades de acogida y reencuentro que permitan la expresión emocional compartida de la vivencia durante el aislamiento.

2. Prevención secundaria.

A partir de las actividades anteriores, y conociendo los indicadores de riesgo de mayor impacto psico-emocional negativo, se diseñarán otro tipo de actividades que permitan atender a los miembros de la comunidad educativa que muestren una mayor afectación y más sostenida en el tiempo.

3. Prevención terciaria.

Iría dirigida a identificar a aquellos miembros de la comunidad que hayan desarrollado algún tipo de sintomatología de mayor gravedad y a facilitar la prestación de la atención necesaria.

- Analizar cuáles son en cada caso los recursos externos necesarios en cada caso para atender el problema.
- Coordinar la derivación a los servicios externos necesarios y hacer un seguimiento de la evolución, sirviendo de puente entre las intervenciones externas al centro educativo y el profesorado que atiende a estos alumnos.
- Prestar especial atención a aquellos profesionales, docentes y no docentes, que presenten sintomatología de mayor gravedad con una actitud respetuosa con su privacidad y a la vez sensible a la necesidad de apoyo y orientación que pudieran presentar.

La programación de la respuesta educativa que se presenta tiene por objetivo ayudar a minimizar las posibles consecuencias negativas en el alumnado, sus familias, el profesorado y otros miembros de la comunidad educativa. Esto requiere

tener en cuenta los tiempos de respuesta psico-emocional asociados a una catástrofe. Según Páez y otros⁴ estos son:

- 1- Shock o alteración (6 meses)
- 2- Pérdida o duelo (6 meses- 1 año)
- 3- Recuperación y aceptación (1 año y medio hasta 2 años)

Las fases o tiempos descritos pueden darse de forma simultánea o consecutiva, según las características y circunstancias vitales de cada persona y se asemejan a la vivencia de pérdida, que puede llegar a convertirse, en algunos casos, en una experiencia traumática que requerirá ser atendida para que la persona afectada pueda volver a la normalidad. Las fases de respuesta y los síntomas asociados se describen en la siguiente tabla, según los autores anteriormente citados:

FASES DE RESPUESTA A UNA CATÁSTROFE	DESCRIPCIÓN	SÍNTOMAS
1. SHOCK-ALTERACIÓN Seis meses.	Hay una alta activación fisiológica, un pensamiento obsesivo y fenómenos de ansiedad y enojo.	Afectación emocional y sentimiento de abandono
2. DUELO Entre seis meses y un año.	Estado de disminución de la actividad fisiológica y de pensamiento. En esta fase se realiza el trabajo de duelo y puede aparecer la depresión.	Pueden manifestar dos tendencias opuestas, que pueden alternarse: <ul style="list-style-type: none"> – Algunos piensan sobre el suceso y lo rumian y – Otros intentan evitar el recuerdo y rechazan hablar de ello con angustia
3. RECUPERACIÓN-ACEPTACIÓN Después de un año y medio-dos años.	Finaliza el trabajo de aceptación y desaparece el impacto afectivo.	Adecuación y normalización emocional y cognitiva.

Tabla 2. Elaboración propia. (Páez; Fernández & Martín 2001)

⁴ Paez, D., Fernández, I & Martín Beristain, C: Catástrofes, traumas y conductas colectivas: procesos y efectos culturales, 2001.

1.3. Consecuencias del confinamiento.

Los niños tienen una gran capacidad de adaptación, aunque por el impacto que ha tenido esta pandemia, es previsible que sufran consecuencias en diferente grado de afectación tras la situación tan prolongada de confinamiento domiciliario.

La situación vivida pueden ser interpretada como una amenaza vital que genera una respuesta de estrés, en ocasiones asociada a miedo, pánico, angustia, rabia, tristeza frustración, pérdida de control, impotencia, preocupación por los adultos de su entorno, etc. (Barudy, J y Dantagnan, M. Manual de apoyo para promover la resiliencia de los niños y niñas afectados por un incendio, terremoto y/o tsunami)

José Antonio Luengo, psicólogo, especialista en Psicología Educativa y Sanitaria, secretario de la Junta de Gobierno del Colegio de Psicólogos de Madrid, dice: "Es cierto que los niños se adaptan mejor que los adultos, pero eso no quiere decir que no estén sufriendo", y añade: "a lo mejor estos no son capaces de expresarlo de la misma manera que un adultos"⁵.

Consecuencias físicas del confinamiento en escolares:

- Reducción de la actividad física.
- Dietas menos saludables
- Incremento medio cercano al 5% en el peso de los niños y adolescentes (Sociedad Española de Obesidad, 2020)
- Otras afectaciones físicas asociadas como las cardiorrespiratorias (Brazendale & cols, 2017)⁶
- Patrones de sueño irregulares.

Consecuencias psicológicas y emocionales

- En algunos niños las alteraciones son visibles desde los primeros días en otros pueden tardar semanas.
- En algunos casos las secuelas psicológicas podrían llegar a convertirse en un trauma.
- El confinamiento va a perjudicar más a niños de familias desfavorecidas. Por ejemplo, niños en los que la infravivienda va a hacer más difícil la actividad diaria.
- El confinamiento puede tener más efectos negativos en niños con patologías previas de base.

1.3.1. Manifestaciones posteriores en niños.

Los niños tienen dificultades para entender los cambios y expresar sus reacciones, que suelen ser mayores en niños de menor edad. Las manifestaciones fundamentales son las reacciones regresivas, problemas somáticos relacionados

⁵ <https://www.ludilo.es/blog/consecuencias-confinamiento-ninos/>

⁶ Brazendale, K., Beets, M. W., Weaver, R. G., Pate, R. R., Turner-McGrievy, G. M., Kaczynski, A. T., ... & von Hippel, P. T. (2017). Understanding differences between summer vs. school obesogenic behaviors of children: the structured days hypothesis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 100.

con la alimentación y el sueño, cambios en el comportamiento y en el estado de ánimo y gestión de la ansiedad.

Podrían, por tanto, observarse:

- Regresiones a etapas previas del desarrollo: lloriquear, estar más apegado, hablar como si fueran más pequeños, orinarse en la cama.
- 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)
- Mayor irritabilidad con despuntes de conductas problemáticas o disruptivas. Mayor desobediencia o rebeldía ante las normas.
- Están más alterados, mayor agitación, con picos. Inestabilidad.
- Más tristeza y sensibilidad, mayor ansiedad,
- 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 los medios como de los padres. En este sentido, hay que considerar que los padres, pueden condicionar las reacciones de los niños en función de su propia reacción a la crisis y de la capacidad de seguridad y protección que son capaces de ofrecer a los hijos. Este contagio emocional de los padres a los hijos se agudiza aún más en espacios pequeños y con pocos recursos.

1.3.2. Manifestaciones posteriores en adolescentes.

Los preadolescentes y adolescentes tienen un patrón de respuesta más parecido al de los adultos, incluyendo síntomas relacionados con el estrés postraumático (pensamientos e imágenes repetitivas, inseguridad, miedo a la muerte, altibajos emocionales, apatía, etc...). Los adolescentes también pueden presentar sentimientos de culpa, miedos y problemas conductuales. Hay que tener presente que la situación de crisis traumática se une a la crisis evolutiva que atraviesa el adolescente.

Podría, por tanto, observarse:

- Ansiedad.
- Quejas por sentirse incomprendidos o no escuchados.
- Dificultad en el manejo de la información excesiva a la que tienen acceso.
- Conductas disruptivas.
- Cambios en el estado de ánimo, más bruscos de lo habitual en estas edades. Les cuesta más identificar qué es lo que les provoca estos cambios de humor/ánimo, lo que dificulta que los puedan abordar con autonomía de forma positiva.
- Apatía, aburrimiento.
- Problemas de sueño, de higiene y alimentación (se acuestan y se levantan más tarde, comen a deshoras, etc.).
- Falta de intimidad, rabia, frustración.

- Miedo a las consecuencias de la situación (enfermedad, pérdida de seres queridos, incertidumbre sobre el futuro, etc.).
- Frustración y preocupación por su futuro académico.
- Inadecuada gestión de sus relaciones de índole afectivo-sexual.
- Uso inadecuado por redes sociales.
- Pérdida de la posibilidad de relaciones sociales presenciales entre iguales en el contexto del centro escolar.

1.3.3. Manifestaciones en alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

Los alumnos/as que ya presentaban necesidades educativas especiales, dificultades de aprendizaje o situaciones adversas y socio-familiares en desventaja, son mucho más vulnerables, y 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 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 nombradas anteriormente y que también habrá que atender de manera más específica y continuada en el tiempo.

Para atender las necesidades de este alumnado es posible que los centros necesiten la colaboración y coordinación con los servicios y profesionales de índole social y sanitaria.

1.4. Análisis de la situación, necesidades.

La situación sobrevenida por el COVID-19, y la especial circunstancia de las medidas de confinamiento prolongado, obligan a realizar una previsión del estado de la comunidad educativa a la vuelta a los centros. Esto supondrá realizar un análisis de las consecuencias y las necesidades derivadas de esta pandemia en los centros educativos; tarea compleja en tanto que no existen precedentes anteriores.

A continuación, se describen algunas consecuencias y necesidades previsibles, que se contemplan como punto de partida en el marco del presente Plan de Apoyo Socioemocional "VOLVAMOS+CERCANOS".

1.4.1. Ámbito emocional.

- A. Puede producirse un impacto psico-emocional -en mayor o menor grado- en la comunidad educativa (alumnos, familias, profesorado y otros profesionales del centro) derivado de las consecuencias del COVID-19 y del propio confinamiento:
- Desconcierto e incertidumbre ante la amenaza de la evolución de la pandemia.
 - Reacciones desajustadas de miedo e inseguridad ante la posibilidad de contagio propio y de familiares.
 - Aparición de estrés "*post cuarentena*"⁷ (ansiedad, ira, frustración, tristeza, miedos, etc.) que puede prolongarse durante un periodo de varios meses.
 - Ansiedad, miedo, incertidumbre, etc. por las consecuencias académicas y sobre su futuro.
 - Agravamiento de trastornos o patologías psicológicas previas.
 - Sobre todo en adolescentes, aparición de indicadores de conductas de riesgo (adicción a video-juegos y redes sociales, falta de control de la privacidad personal y sexual, etc.), pérdida de hábitos y rutinas, alteraciones del sueño y de la alimentación, etc.
- B. Duelos interrumpidos o complicados por enfermedad y muerte de familiares o personas cercanas, y otras pérdidas relacionadas con la situación vital (condiciones de trabajo).

1.4.2. Ámbito socio-familiar.

- A. Al sector de la población en situación de vulnerabilidad ya existente, que agrava su situación, se suma un gran número de familias afectadas por una profunda crisis económica. Esta situación tiene repercusiones emocionales en el alumnado y sus familias.
- B. Consecuencias del confinamiento en las dinámicas y relaciones familiares: aumento del estrés en las relaciones familiares, conflictos, regresiones, condiciones de infravivienda, separaciones y divorcios, violencia de género⁸, etc.
- C. Consecuencias en las relaciones sociales en el alumnado:
- Repercusiones emocionales del distanciamiento físico, sobre todo en las primeras etapas educativas.
 - Los alumnos están alejados de personas de referencia en su vida. En la mayoría de casos abuelos/resto de familia, en otros casos de

⁷ FRANCISCO CABRERA PADILLA ()

⁸<https://www.europapress.es/epsocial/infancia/noticia-save-the-children-alerta-efectos-confinamiento-familias-vulnerables-20200316132056.html>

sus propios padres, por precaución, por ejemplo, al tratarse de profesionales socio-sanitarios en contacto directo con la enfermedad.

- D. Vivencia de pérdidas significativas y/o muertes en el entorno familiar.
- E. Pérdida de hábitos y rutinas provocados por el confinamiento.
- F. La desconexión con el medio natural y la reducción de la movilidad repercute en la salud⁹ y en el estado emocional de los niños y adolescentes¹⁰

1.4.3. Ámbito educativo.

- A. Profesorado y alumnado sin formación y no habituado para la educación a distancia y online.
 - a. Pérdida de elementos básicos de comunicación con respecto a la comunicación presencial.
 - b. Alumnado en desventaja en el acceso igualitario a la información y el conocimiento por no disponer de conexión a internet y dispositivos tecnológicos.
- B. Dificultad de los profesionales especialistas de atención a la diversidad para dar la respuesta personalizada y directa que en algunos casos necesita el alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.
- C. Dificultades de los docentes para flexibilizar, desarrollar y conectar el currículum con la realidad que está viviendo el alumnado.
- D. Incertidumbre relacionada con la seguridad sanitaria en el centro escolar.

2. DESTINATARIOS

El alcance de las actuaciones previstas en este Plan de apoyo socioemocional “VOLVAMOS+CERCANOS” son todos los componentes de la comunidad educativa: alumnado, profesorado y profesionales de la educación, familias y personal no docente.

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivo general.

Se trata de un Plan, diseñado por profesionales de la educación y dirigido a la comunidad educativa, cuya finalidad es reducir y amortiguar el impacto emocional producido por la crisis del COVID-19, facilitando la incorporación al entorno escolar cuando llegue el momento.

Las actuaciones de este Plan de apoyo socioemocional “VOLVAMOS+CERCANOS” se enmarcan dentro de las instrucciones de las administraciones educativa y sanitaria. Desde un enfoque preventivo, se inspiran en un modelo general de intervención en crisis.

⁹ Brazendale, K., Beets, M. W., Weaver, R. G., Pate, R. R., Turner-McGrievy, G. M., Kaczynski, A. T., ... & von Hippel, P. T. (2017)

¹⁰ Heike Freire Educar en verde: ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza Graó, 2011

3.2. Objetivos específicos.

3.2.1. Área emocional.

- A. Facilitar la expresión de las emociones vividas en el periodo previo a la incorporación al centro.
- B. Ayudar a regular las emociones en el nuevo contexto de distanciamiento social.
- C. Aprovechar y potenciar las capacidades resilientes de la comunidad educativa como factor protector ante el impacto experimentado por la pandemia.
- D. Desarrollar el pensamiento positivo y la búsqueda de soluciones o salidas inteligentes a este problema, que minoren nuestro malestar y desarrollen la resistencia y la capacidad de adaptación. Las actuaciones deben favorecer el llamado "crecimiento postraumático" (CPT).^{11 - 12}

3.2.2. Área sociofamiliar.

- A. Colaborar en el desarrollo de competencias emocionales en las familias.
- B. Fortalecer el papel de la familia en el soporte emocional y educativo de sus hijos.
- C. Detectar al alumnado en situación de desventaja socio-económica para planificar posteriores actuaciones en el ámbito educativo que ayuden a compensar sus necesidades.
- D. Acompañar a las familias que hayan sufrido la enfermedad o la pérdida de un ser querido.
- E. Orientar, informar y derivar a aquellas familias en situaciones más vulnerables a Servicios Sociales Municipales, bien sean Comunitarios o especializados y, en su caso, a Salud Mental.

3.2.3. Área educativa.

- A. Desarrollar y potenciar las competencias emocionales y resilientes necesarias en la comunidad educativa durante el proceso de vuelta a las clases.
- B. Ayudar y orientar a la comunidad educativa en la aplicación didáctica de las medidas sanitarias a observar, que hagan del centro educativo un espacio seguro y acogedor que fomente el bienestar y la salud.
- C. Verificar las carencias que se han podido producir para dar una respuesta ajustada al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

¹¹ Cryder, C.H., Kilmer, R.P., Calhoun, L.G., & Tedeschi, R.G.(2006). An exploratory study of posttraumatic growth in children following a natural disaster. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76, 65-69.

¹² GARCIA MARTINEZ, Felipe E. et al. Psychological responses to a natural disaster: stress and post-traumatic growth. *liber*. [online]. 2014, vol.20, n.1

- D. Desarrollar competencias en el profesorado para conectar el currículum con las habilidades de vida flexibilizando los planes de enseñanza/aprendizaje.
- E. Dotar de recursos organizativos y competencias al profesorado para posibilitar la reconstrucción positiva de esta situación.
- F. Concienciar a la comunidad educativa sobre el impacto que las medidas adoptadas a nivel educativo por el COVID-19 hayan podido causar en la situación académica del alumnado.

4. METODOLOGÍA

4.1. Fases del Plan "VOLVAMOS +CERCANOS"

- A. *Inicialmente* se llevará a cabo una formación específica de todos los profesionales de cada centro educativo para el desarrollo de las actividades de este Plan. En un primer momento equipos directivos y profesionales de la orientación y finalmente todo el profesorado.
- B. *De forma simultánea*, durante los primeros días, se realizarán las actividades con los alumnos. Los equipos directivos deberán planificar y facilitar en la dinámica del centro la realización de las mismas.
- C. *Conjuntamente* se realizarán las actividades informativas/formativas a las familias.
- D. Los objetivos del Plan apoyo socioemocional "VOLVAMOS +CERCANOS" se desarrollan en las siguientes *etapas*:

4.1.1. Corto plazo; previo a la vuelta a clases.

- a) Formación de los profesionales
- b) Detección de la situación y las necesidades del profesorado en su incorporación.
- c) Constitución del grupo de trabajo que realizará la coordinación del plan.
- d) Informar a las familias de la puesta en marcha de actuaciones relacionadas con la seguridad y salud de sus hijos en el centro en coordinación con la puesta en marcha del Plan de acogida.

4.1.2. Medio plazo: Vuelta física al aula de los alumnos/as.

- a) Realización de las actividades de acogida de este Plan con los alumnos y sus familias.
- b) Seguimiento y supervisión de las actividades del Plan.
- c) Elaboración de un mapa de riesgo del aula, elaborado por cada tutor, con el apoyo de los profesionales de la orientación y el equipo directivo.
- d) Seguimiento y desarrollo de actividades concretas con el alumnado en riesgo.

4.1.3. Largo plazo:

- a) Seguimiento educativo del alumnado en riesgo y derivación a recursos sanitarios o sociales si fuera necesario.

- b) Se seguirán realizando de forma transversal actividades de educación emocional en las aulas.
- E. *La divulgación* de este Plan de apoyo socioemocional "VOLVAMOS +CERCANOS" se realizará en formato *on-line*. Los recursos y actividades estarán alojados en la página web <https://www.eaprendizaje.carm.es>
- a. Esta plataforma facilitará recursos como cuestionarios, tutoriales, podcast, píldoras formativas, etc. organizados y secuenciados en función de la planificación prevista.
- b. Los materiales contarán con rigor científico y profesional y cumplirán con la premisa de la accesibilidad, intuición, utilidad y sencillez.

4.2. Principios de actuación.

4.2.1. Principios generales de actuación:

- a) *Prevención*. El presente Plan de apoyo socioemocional "VOLVAMOS +CERCANOS" de actuación está orientado desde un enfoque preventivo dirigido, tanto a evitar como a eliminar o minimizar los efectos negativos que la situación de pandemia y confinamiento hayan podido provocar en la comunidad educativa.
- b) *Seguridad y protección*. Las actividades se realizarán siguiendo las directrices sanitarias e institucionales, transmitiendo sensación de bienestar en el centro.
- c) *Normalización*. Adaptarse lo más pronto posible a la nueva realidad será uno de los principios fundamentales que orienten las intervenciones que se realicen en el marco de este Plan de actuación.
- d) *Modelo bio-psico-social*: Este modelo de intervención atiende por completo al alumnado, partiendo de un conocimiento integral de su situación y del entorno; en todas sus esferas: biológica, psicológica y social.
- e) *Trabajo en Red*.
- Dentro de los equipos docentes, en coordinación con los servicios de orientación y Servicio de Atención a la Diversidad (SAD). Las actuaciones se harán de forma progresiva, implicando a toda la comunidad educativa de forma coordinada.
 - Con los servicios especializados (Salud Mental, Servicios Sociales, Asociaciones, etc.) en los casos que lo requieran.
- f) *Flexibilidad*, procurando reajustar la respuesta educativa a las necesidades que se vayan detectando; teniendo en cuenta que son los centros educativos los que deben adaptar estas medidas a su realidad concreta.

4.2.2. Principios éticos:

El hecho de que participen diferentes tipos de profesionales en la prestación de este apoyo exige proceder de acuerdo a unos mínimos principios y actitudes de tipo ético que conviene tener presentes.

- a) *Confidencialidad*: Debemos guardar confidencialidad al respecto de los datos de personas que hayan tenido COVID 19, así como con la información sobre problemáticas socioeconómicas graves con el objetivo de no estigmatizar. En todo momento se observará la normativa existente de las administraciones (Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales).
- b) *Escuchar y acompañar con empatía* a niños y adultos desde el respeto a su dignidad y derechos.
- c) *Dar información sincera y honesta*. No engañar ni falsear la realidad, evitando dramatizar o provocar mayor temor o desasosiego.
- d) *Colaboración en red* desde la solidaridad institucional.

4.2.3. Principios metodológicos en el desarrollo de las actividades.

- a) *Mirada atenta* a la diversidad de vivencias y emociones que está generando esta situación en la comunidad educativa, con el objetivo de atender y acompañar sus necesidades a la vuelta a clases.
- b) *Concepción globalizada y constructivista del aprendizaje*. El desarrollo de las actividades con el alumnado deberá estar vinculado a una concepción globalizada y constructivista del aprendizaje, que permita el abordaje transversal de los contenidos, conectado con el currículum y con los aprendizajes vitales y retos globales que plantea la pandemia.
- c) *Creación de entornos afectivos* de aprendizaje, mirando más allá de determinadas conductas que el alumno/a pueda expresar. Mostrándose cercanos, dando seguridad para expresar emociones, sentimientos y vivencias y propiciando la escucha.