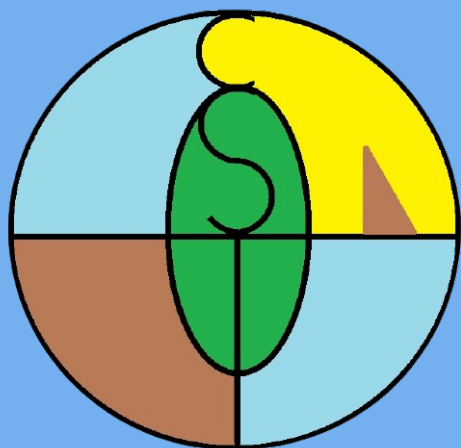


Plan de convivencia



**Ceip San Tomé
36015093
Os Olmos, nº 20
36630 - Cambados**

Índice

1. Introducción.....	1
1.1. Propósito do plan.....	1
1.2. Contexto do centro educativo.....	2
Análise do contexto e diagnóstico da situación de convivencia no centro.....	2
CONTORNO FÍSICO.....	2
DATOS DE POBOACIÓN.....	2
CONTORNO SOCIAL E CULTURAL.....	3
SERVIZOS SOCIAIS E EDUCATIVOS EXTERNOS Á ESCOLA.....	5
A LINGUA MATERNA.....	5
ALUMNADO, PROFESORADO E ESPAZOS DO CENTRO.....	5
CARACTERÍSTICAS DO ALUMNADO E DO PROFESORADO DO CENTRO:.....	7
2. Análise e diagnóstico da situación de convivencia no centro.....	8
3. Obxectivos.....	9
Obxectivos xerais do Plan de Convivencia.....	9
4. Valores fundamentais.....	11
5. Normas de Convivencia.....	13
6. Dereitos e Deberes do Alumnado.....	17
7. Dereitos e Deberes do Profesorado.....	19
8. Dereitos e Deberes das Familias.....	21
9. Dereitos e deberes do persoal non docente:.....	23
10. Resolución de Conflitos.....	25
11. Medidas educativas e correctoras.....	27
12. A comisión de convivencia.....	28
13. A aula de convivencia inclusiva.....	31
14. Punto laranxa e equipo ACAE (Actuación Contra o Acoso Escolar).....	34



15. Medidas preventivas contra o acoso escolar.....	36
16. Participación das Familias.....	37
17. Avaliación e Seguimento.....	40
18. Difusión do plan.....	41

ANEXOS

- I. Recursos e protocolo para a resolución de conflitos
- II. Programa de habilidades sociais
- III. Protocolo de acollida para novo alumnado
- IV. Protocolo de acollida para novo profesorado
- V. Protocolo de actuación para nenas/os con pais separados
- VI. Protocolo para a atención do loito na escola
- VII. Protocolos de mediación
- VIII. Programas de voluntariado
- IX. Plan de Benestar Emocional

PLAN DE CONVIVENCIA (CEIP SAN TOMÉ – CAMBADOS)

1. Introducción

1.1. Propósito do plan

No CEIP San Tomé esforzámonos por crear un ambiente educativo seguro, inclusivo e propicio para o desenvolvemento integral do noso alumnado. Esta actualización do noso Plan de Convivencia reflicte o noso compromiso con valores fundamentais como o respecto mutuo, a tolerancia, a empatía e a solidariedade. Buscamos promover unha cultura de convivencia positiva onde cada membro da nosa comunidade educativa se sinta valorado e respaldado.

A pretensión deste Plan é que sexa unha guía simple, directa e con pautas claras para que a comunidade educativa coñeza a estratexia para ter unha convivencia sa, e cando aparezan conflitos, saber como solucionarlos deixando a menor cicatriz posible.

- Marco Normativo
 - Leis Orgánicas
 - Lei orgánica 1/2004, do 28 de decembro: Medidas contra a violencia de xénero.
 - Lei orgánica 2/2006, do 3 de maio: Lei de educación.
 - Lei orgánica 8/2021, do 4 de xuño: Protección á infancia e adolescencia fronte á violencia.
 - LOMLOE (Lei orgánica 3/2020, do 29 de decembro): Modificación da Lei orgánica 2/2006, do 3 de maio, de educación
 - Leis e Decretos Autonómico
 - Lei 11/2007, do 27 de xullo: Prevención da violencia de xénero en Galicia.
 - Lei 4/2011, do 30 de xuño: Convivencia e participación da comunidade educativa.
 - Decreto 229/2011, do 7 de decembro: Atención á diversidade do alumnado
 - Lei 2/2014, do 14 de abril: Igualdade de trato e non discriminación LGTBI+ en Galicia.

- Decreto 8/2015, do 8 de xaneiro: Desenvolvemento da Lei 4/2011 sobre convivencia e participación.
- Resolucións e Instrucións da Xunta:
 - Resolución do 3 de xullo de 2018: Apoio a asociacións de pais.
 - Instrución do 6 de setembro de 2019: Elaboración de plans de igualdade en centros docentes.
 - Estratexia Galega de Convivencia Escolar 2025
- Protocolos educativos.

1.2. Contexto do centro educativo

Análise do contexto e diagnóstico da situación de convivencia no centro.

Para que estas normas de convivencia sexan funcionais e contextualizadas ao noso centro, partiremos da realización dunha análise dos seguintes aspectos:

- **CONTORNO FÍSICO**

O CEIP San Tomé está situado no concello costeiro de Cambados, situado na rúa Os Olmos, 20 ao leste do barrio de San Tomé do que leva o seu nome.

O colexio ocupa unha parcela de 6.177 m², que se reparten da seguinte maneira: 1230 m² de edificio escolar, 1500 m² de pistas deportivas, 400 m² de xardín, 3.642 m² de patio e accesos e un pavillón de 1.100 m².

O colexio foi inaugurado no ano 1977 consta de dous andares con dúas entradas, a principal orientada cara o oeste e a segunda na parte traseira do edificio cara o leste.

A zona xeográfica que corresponde tradicionalmente ao colexio está determinada polos seguintes límites: cara o sur a ponte do Umia, cara o norte a Rúa do Rollo, Praza de Alfredo Brañas, Avenida da Pastora , cara o Oeste o mar, e ao este o Monte da Pastora.

- **DATOS DE POBOACIÓN.**

Para situarnos no concello e no barrio no que vive a maior parte do noso alumnado aportamos os seguintes datos de poboación aproximados:

- Poboación do concello de Cambados: 14 447
- Poboación por xénero:
 - o Homes: 6 984
 - o Mulleres: 7 462
- A poboación de inmigrantes é de 366 (188 homes e 178 mulleres)
- Poboación da vila de Cambados: 7 275
 - o **Poboación do barrio de San Tomé: 2 103***
- Poboación da zona de Corvillón: 2 514
- Poboación da parroquia de Castrelo: 2 024
- Poboación da parroquia de Vilariño: 2 220
- Poboación da parroquia de Modia-Oubiña: 414

- **CONTORNO SOCIAL E CULTURAL.**

A poboación do barrio de San Tomé pertence a unha clase media, cunha porcentaxe significativa de empregos vencellados ao mar directa ou indirectamente (mariscadoras/es, peixeiras/os, traballadoras/es de depuradoras e conserveiras). O resto de familias ten unha actividade económica propia desta clase, como poden ser traballos administrativos e de servizos.

O nivel de estudos das familias é moi dispar, xa que a diversidade no noso centro é moi grande, existindo pais/nais con nivel de estudos básico ata familias nas que os dous proxenitores teñen estudos superiores.

Cambados caracterízase por unha importante actividade cultural e deportiva, que tamén ten influencia no colexio pola cantidade de eventos organizados polas distintas asociacións e polo concello.

Posúe ademais unha rede de museos importante para unha vila de menos de 15000 habitantes e unhas instalacións deportivas para entidades federadas, pero cunha carencia evidente para a práctica deportiva non competitiva, xa que non hai espazos públicos para este fin.

- **SERVIZOS SOCIAIS E EDUCATIVOS EXTERNOS Á ESCOLA**

Dada a proximidade do colexio e do barrio ao centro da vila consideramos que estamos incluídos dentro da infraestrutura de servizos educativos, sociais, culturais e deportivos de Cambados, sendo os máis importantes os seguintes:

- Gardería municipal
- Un CEP, unha EEI, e un CEIP
- Dous Centros de Ensino Secundario
- Unha biblioteca municipal
- Unha escola de Música / Conservatorio
- Escolas deportivas
- Unha sala de exposicións no Concello
- Un Centro de Saúde
- Zonas deportivas: un pavillón polideportivo, pistas de tenis, piscina cuberta, campo de fútbol...

A nivel deportivo os clubs de Cambados que teñen influencia no colexio (ben por número de alumnos que pertencen a eses clubs ou polos servizos ou colaboracións que fan no colexio) son: Club Juventud Cambados de fútbol, Club Xuventude Cambados de baloncesto, XAV de voleibol, Club Piragüismo Cambados, Club Cambados tenis de mesa, Club Atletismo Cambados, Club de Judo Senín, Club INNAE de taekwondo Cambados, Club d Xadrez Torre de Cambados. Aínda que non conste como club, son moitos os nenos que acoden á piscina municipal para recibir clases de natación.

A nivel cultural, hai unha enorme actividade e tradición musical. Neste eido podemos citar grupos de música e baile tradicional coma Volandeira, Xironsa, Con de Xido e outros. Hai diferentes agrupacións corais, grupos musicais e instrumentais de diferente tipo, bandas de música coma a de Castrelo, grupo de batuka ou teatrais como Caracol.

No barrio hai unicamente un parque infantil de dimensións bastante reducidas e con pouca afluencia de familias.

No propio colexio hai un polideportivo, unhas pistas exteriores de céspede artificial e con porterías (en pésimo estado) e o parque infantil do propio centro. Todas estas instalacións son empregadas polas familias polas tardes, xa que o patio está permanentemente aberto, o cal non é negativo, xa que se ofrece aos veciños unha opción máis de ocio, pero ten como contrapartida un deterioro maior do mobiliario e uns problemas de limpeza que recaen sempre na conserxe-limpadora, que non recibe axuda para estes labores.

Por último, facemos mención novamente ao Monte da Pastora e ao entorno do río Umia, lugares de gran valor medioambiental que tamén teñen boas opcións para o lecer (parque infantil no Monte ou rutas de sendeirismo e bicicleta)

- **A LINGUA MATERNA**

Nas diferentes enquisas elaboradas no centro ao longo dos últimos anos reflíctese que a lingua materna do alumnado do centro é maioritariamente o castelán nunha proporción aproximada de 3 a 1 (de cada catro alumnos/as tres teñen como lingua materna o castelán e un o galego). Os resultados concretos respecto a este aspecto están recollidos no proxecto lingüístico de centro elaborado polo Equipo de Normalización Lingüística no curso 2022/2023.

- **ALUMNADO, PROFESORADO E ESPAZOS DO CENTRO**

O colexio San Tomé é un Centro de Educación Infantil e Primaria, dependente da Consellería de Educación da Xunta de Galicia. Acolle os niveis educativos de Educación infantil e Educación primaria. Conta con 18 unidades, 6 de Infantil (dúas por nivel) e 12 de Primaria (dúas unidades por nivel).

A media de alumnado dos últimos anos está en torno aos 400 alumnos/as repartidos nas etapas de Educación Infantil e Educación Primaria. A maior parte deste alumnado provén da zona de influencia do colexio, aínda que existe unha porcentaxe importante do alumnado escolarizado no centro que provén de zonas alleas á zona de influencia do centro. Despois do acordo alcanzado entre a Consellería de Educación e algúns sindicatos, as rateos por aula diminuirán, polo que isto afectará á matrícula.

Unha parte do alumnado reside na zona próxima ao cole e fan o camiño da casa ao centro a pé. O resto do alumnado (porcentaxe importante) faino empregando transporte privado, o que ocasiona aglomeracións importantes na entrada ao colexio e en certas ocasións conflitos entre as familias.

O claustro de profesorado do Centro é de 31 mestras/es repartidas do seguinte xeito:

- 18 mestras/es con titoría
- 1 mestra de Pedagogía Terapéutica + 1 de atención preferente
- 1 mestra de Audición e Linguaxe + 1 compartida (1/3 da semana)
- 2 mestras de Inglés
- 1 mestra de Relixión
- 2 mestras/es de Ed. Física



- 1 mestra de Música e Danza

-2 mestras de Apoio de EI

-1 Orientador

-1 coidadora a tempo total (O noso centro ven integrando dende cursos atrás alumnado con NEAE. Neste momento contamos con alumnado que ten necesidades educativas especiais significativas que lle limitan considerablemente o seu nivel de autonomía, polo que se fai preciso contar cos servizos dunha coidadora a tempo total no colexio que exerce, entre outras, as funcións de axuda para a mellora da autonomía deste alumnado).

A situación das aulas esta rexida por criterios legais para favorecer a autonomía do alumnado e a súa comodidade e para favorecer a comunicación entre o profesorado do mesmo nivel. Así, as aulas de Infantil están situadas no andar baixo, e as aulas de Primaria no primeiro andar.

Neste momento contamos no cole cos seguintes espazos:

- 6 aulas de Infantil
- 12 aulas ordinarias de Primaria
- Aula de música e danza
- Aula de inglés (titoría para unidade habilitada)
- Biblioteca provisional que se emprega para relixión ou proxecto competencial.
- Despacho de dirección, xefatura, administración e secretaría.
- Sala de mestras
- Dpto. de Orientación
- 1 aula de AL e outro espazo habilitado para os días que temos mestra compartida.
- 1 aula de PT
- 1 ximnasio, con cuarto anexo para gardar o material
- Sala de máquinas (fotocopiadora, etc...)
- Pequeno espazo habilitado para radio escolar.
- 8 servizos para o alumnado
- 4 baños para mestras/es (2 por andar)
- 2 baños múltiples comunicados co ximnasio e co patio con duchas.

- 1 baño adaptado
- Comedor escolar
- Faiado como almacén

Con respecto ao alumnado cabe sinalar que actualmente a media de rateo está, como norma xeral, próxima ao que a lei establece como máximo (25). Temos unha media de 22 alumnos/as por aula. Como se comentou anteriormente, a rateo máxima por lei diminuirá a un máximo de 20 por aula.

- **CARACTERÍSTICAS DO ALUMNADO E DO PROFESORADO DO CENTRO:**
 - ***Características do profesorado:***

Existe neste centro un equipo docente cunha media de idade de 40 anos. En termos xerais trátase dun claustro estable, cun bo ambiente de traballo e de convivencia, cunha alta implicación en proxectos comúns, e unha capacidade bastante notable para o traballo en equipo e a toma de decisións de xeito multilateral. O feito de que a maior parte dos mestres que forman o claustro sexan definitivos favorece moito ós aspectos de organización e funcionamento do colexio, así como de convivencia.

- ***Características do alumnado:***

Trátase dun colectivo moi numeroso de nenas e nenos e, polo tanto, cunhas características persoais moi variadas. Podemos atoparnos tanto con alumnos e alumnas propios de vivir nun ambiente rural como con estudantes de contornas máis urbanas. O grupo socioeconómico (ISEC) ao que pertence o noso centro é de nivel medio-baixo.

A porcentaxe de alumnado en risco de exclusión social é baixa, ao igual que a de estudantes procedentes do estranxeiro. Non obstante, existe unha porcentaxe relativamente significativa (arredor do 10%) de fillos e fillas de inmigrantes que xa naceron en territorio español. Este dato achega unha riqueza a nivel cultural que debe ser aproveitada e tida en conta nas nosas estratexias educativas e programas escolares.

Neste contexto, é fundamental desenvolver iniciativas que fomenten a inclusión e a diversidade, aproveitando as distintas experiencias e perspectivas que os nosos alumnos achegan. Isto non só enriquecerá o ambiente educativo, senón que tamén preparará aos estudantes para vivir e traballar nunha sociedade cada vez máis globalizada.

2. Análise e diagnóstico da situación de convivencia no centro.

A primeira impresión sobre a convivencia no centro sería que é bastante saudable. Non imos facer unha valoración idílica, xa que non conduce a ningures e impediría establecer un plan con obxectivos concretos.

Baseándonos nos datos obtidos da aplicación *convivenciaxestión* e das propias enquisas que o centro pasa anualmente realizamos as seguintes afirmacións:

- O número de partes diminuíu nun 90% nos últimos catro cursos.
- Non se perciben e rexistran condutas gravemente prexudiciais contra a convivencia.
- As relacións entre o alumnado son razoablemente boas, detectándose as seguintes dificultades:
 - Pequenos conflitos na aula por:
 - comentarios ou vocabulario incorrecto
 - falta de autocontrol
 - falta de empatía
 - mal coidado do mobiliario ou material
 - Situacións conflitivas no patio:
 - golpes por xogos inadecuados.
 - Malas reaccións en xogos (principalmente fútbol e xogos de pita)
- A comunidade educativa percibe que o centro precisa de maior mantemento e investimentos.
- A limpeza do interior do centro mellora con respecto á situación de 2017 (anterior plan).
- A limpeza e coidado do patio é mellorable.
- A comunicación entre as familias e as mestras é boa e fluída, así como co equipo directivo.

3. Obxectivos.

A finalidade última deste Plan de Convivencia será a de favorecer e axudar a desenvolver as diferentes propostas educativas que nos axuden a acadar unha formación do alumnado baseada no respecto aos dereitos e liberdades fundamentais e no exercicio consciente da tolerancia e a liberdade dentro dos principios democráticos, así como a desenvolver a motivación do alumnado cara á aprendizaxe, tanto individual como grupal, mellorando a cohesión e interrelación da comunidade educativa.

Deste xeito, os principios fundamentais sobre os que se apoiará o citado Plan estarán directamente relacionados cunha transmisión de valores que favorezan a liberdade persoal, a responsabilidade, a solidariedade, a tolerancia, a igualdade, o respecto e a xustiza, principios todos que constitúen a base da vida en común.

Obxectivos xerais do Plan de Convivencia.

O Plan de Convivencia contribuirá á consecución dos obxectivos xerais sinalados no Art. 12º [D 8/2015](#), pero de xeito máis específico ao plan elaborado para o noso centro enunciámos:

- **Fomentar un ambiente seguro e saudable:** Garantir que todos os membros da comunidade educativa poidan desenvolverse nun entorno libre de violencia, acoso e discriminación, promovendo así o seu benestar físico e emocional.
- **Promover o respecto e a tolerancia:** Cultivar unha cultura de respecto mutuo, onde se recoñezan e valoren as diferenzas individuais, xa sexan culturais, étnicas, relixiosas, de xénero, etc.
- **Desenvolver habilidades socioemocionais:** Proporcionar ás nenas e nenos e a toda a comunidade educativa ferramentas para xestionar as súas emocións de maneira construtiva, resolver conflitos de forma pacífica e desenvolver relacións interpersoais positivas.
- **Fomentar a participación e a colaboración:** Incentivar a participación activa de todos os membros da comunidade educativa na vida escolar, promovendo a colaboración entre alumnado, profesorado, familias e persoal non docente.
- **Previr e abordar conflitos de maneira efectiva:** Establecer procedementos claros e eficaces para a prevención e a resolución de conflitos, tanto dentro como fóra da aula, promovendo a mediación e o diálogo como ferramentas principais.

- **Impulsar o desenvolvemento de competencias cidadás:** Educar ás nenas/os en valores cívicos e éticos, preparándoos para ser cidadáns responsables, comprometidos e respectuosos cos dereitos humanos e a convivencia democrática.
- **Favorecer a aprendizaxe e o rendemento académico:** Crear un entorno de convivencia positivo e seguro que propicie a aprendizaxe significativa, a motivación e o éxito académico de todo o alumnado.
- **Fortalecer a relación escola-familia-comunidade:** Promover unha estreita colaboración entre a escola, as familias e a comunidade en xeral, recoñecendo a importancia do apoio e a participación de todos os axentes educativos nos procesos de ensino e de aprendizaxe.

4. Valores fundamentais

4.1. Respetto

"O respecto é a base de toda convivencia humana." - Confucio

A escola debe ser o berce do respecto, tratando en todo momento de transmitilo e mimalo.

Un bo trato e respecto entre persoas garante unha convivencia pacífica e harmoniosa.

Este piar debe darse en calquera tipo de relación e interacción que se poida producir entre os distintos membros da comunidade educativa.

Calquera comentario ou acto que supoña unha falta de respecto será rexistrado e abordado. Esta política de **cero faltas de respecto** non implica a apertura masiva de partes ou sancións, senón un enfoque no que o causante da acción debe pasar por un **proceso de reflexión** no que **se afonde nas emocións e a empatía**. Se nun mesmo ano académico unha alumna/o acumula tres faltas de respecto, iniciárase un contacto coa familia coa finalidade de traballar de forma conxunta para reconducir a situación.

4.2. Tolerancia

"A tolerancia é o recoñecemento do dereito do outro a existir como ser diferente." - Anne Louise Germaine de Staël

Fomentar a tolerancia na escola é vital para crear un ambiente onde cada individuo se sinta respectado e valorado, sen importar as súas diferenzas. Isto conséguese a través de actividades que promovan a comprensión e o respecto mutuo. Enriquece a experiencia educativa e prepara os estudantes para vivir nunha sociedade diversa e multicultural.

Ser capaces de **aceptar** comentarios e **comportamentos diferentes** aos nosos recoñecendo que as persoas somos diferentes é o **obxectivo final**.

4.3. Empatía

"Empatía é a capacidade de poñerse nos zapatos do outro e ver o mundo a través dos seus ollos." - Daniel H. Pink

Comprender as emocións e experiencias dos demais será un aspecto fundamental da educación emocional que se leve a cabo na escola. Propoñemos unha **dobro vertente**:

- A **empatía** como parte da **educación global** que debe recibir unha alumna/o.
- A **empatía** como **eixo central no proceso de reflexión na xestión dun conflito**.

Sobre este último punto falarase máis polo miúdo nun apartado posterior no que se dan pautas para reconducir situacións de conflito.

4.4. Solidariedade

"A solidariedade é o valor que transforma o individualismo en comunidade." - Paulo Freire

A través de accións concretas, como **colaborar en proxectos comunitarios** ou **apoiar compañeiros en momentos difíciles**, os membros da comunidade escolar aprenden o valor da solidariedade. Esta conexión e apoio mutuo fortalecen o tecido social da escola, creando un ambiente de apoio e comprensión entre todos os implicados.

4.5. Colaboración

"A colaboración multiplica a forza individual e amplifica o potencial colectivo" - Mattie Stepanek

A través da colaboración, o alumnado non só desenvolve habilidades de traballo en equipo e comunicación, senón que tamén aprende a valorar a contribución de cada un ao éxito do grupo e a ser xenerosos/as. A colaboración na escola prepara ao alumnado para traballar de forma eficaz e colaborativa na sociedade.

É por iso que a **distribución do alumnado** nas aulas e as **propostas pedagóxicas** deben favorecer o **traballo colaborativo**.

5. Normas de Convivencia

Non pretendemos establecer unha serie infinita de normas que provoquen un estado de tensión permanente para poder cumprilas.

É por isto que nos diferentes apartados que compoñen este punto fálase en moitos casos de mínimos.

5.1. Na aula

Como pauta xeral para o un bo funcionamento, dende este plan aconsellamos que **o alumnado participe na elaboración das normas de aula**, que as faga súas e que as vexan como vehículo para ter xornadas harmoniosas e libres de problemas.

O mínimo esixible e común para toda a escola será:

- **Puntualidade**
- **Respecto e coidado** das compañeiras/os, das mestras/es e alumnas/os.
- **Respecto e coidado** do mobiliario e material.
- **Manter e facilitar a orde e limpeza**, colocando o material no seu lugar correspondente e deixando a aula recollida e coas cadeiras sobre as mesas e usando correctamente os colectores de lixo.
- **Escoitar** ás compañeiras/os, mestras/os e alumnas/os.
- **Saír da aula** soamente co **consentimento expreso** dunha mestra/e.

5.2. Durante o recreo

O tempo de lecer (11:30h a 12h) é un momento da xornada lectiva especialmente complexo pola coincidencia no patio de alumnado de todas as idades. O profesorado que está de garda ten unha gran responsabilidade ao ter que vixiar e velar polo benestar do alumnado e, ao mesmo tempo, de exercer de mediador cando a situación o require.

Para favorecer a convivencia, este plan propón:

- Que as **saídas e entradas** ao centro se produzan con **calma e camiñando**.
- Unha vez no patio, **non acceder ao edificio sen a compañía dunha mestra/e** de garda.
- Que a **volta ás aulas** estea acompañada de **música**, sendo o tempo de duración da canción o que determine a entrada no centro.

- Que exista unha **zona de patio exclusiva para o alumnado de educación infantil** (en cumprimento da normativa vixente), que será a situada no lateral do colexio, ao norte, en paralelo á rúa Os Olmos.
- Que a zona de **pistas** sexa de acceso **unicamente** para o alumnado de **primaria**.
- Que os **deportes de pelota regulados** (fútbol, baloncesto...) se practiquen no **pavillón** o día correspondente a cada nivel educativo.
- Que existan **ofertas diversas no patio** para o tempo de lecer:
 - Zonas de lectura
 - Zonas para xogos de mesa e deportes coma o xadrez.
 - Xogos de movemento (brilé, rocódromo)
 - Zonas de esparexemento e xogo libre.
- Que se intente **manter o patio limpo**, usando os colectores e compostoiros de forma correcta.

Os días de chuvia o alumnado permanece na aula, salvo o nivel ao que lle toca a quenda de pavillón e infantil, que divide o recreo en dous (metade do tempo no ximnasio e metade na aula). Isto implica que hai que xestionar ese tempo de lecer doutro xeito, buscando un equilibrio entre a liberdade que necesitan as nenas/os e un certo control que supón estar dentro da aula.

Neste caso será necesario revisar o apartado 5.5, que fai referencia ao uso de dispositivos electrónicos.

5.3. Nos espazos comúns

Os corredores, a sala de máquinas, a sala de mestras, a radio, os almacéns, a biblioteca ou os armarios son elementos do centro empregados por moita xente e que "escapan" do control e vixilancia dunha única persoa responsable dos mesmos.

Isto provoca un "baleiro" que fai que non sempre estean ordenados, o que pode xerar malestar e crispación.

Polo tanto é unha responsabilidade compartida o mantemento destes espazos, como mínimo, propoñemos:

- **Respecto polo espazo:** Manter limpos e ordenados os espazos comúns, recollendo o lixo e evitando o vandalismo.
- **Uso axeitado dos recursos:** Utilizar de forma responsable e respectuosa o mobiliario, equipos e materiais dispoñibles nas zonas comúns, evitando desperdicios e danos innecesarios.

- **Seguridade:** Respetar as normas de seguridade establecidas para o uso dos espazos comúns, prestando atención á sinalética e á prohibición de xogos perigosos.

5.4. Durante as actividades complementarias e extraescolares

Nun centro activo, coma o noso, no que se realizan unha gran cantidade de actividades complementarias e extraescolares, parece evidente que a actitude ante as mesmas requira dun extra de compromiso para evitar riscos.

- **Respecto ao persoal:** Mostrar respecto e consideración ao profesorado ou aos responsables que dirixen as actividades, escoitando atentamente as súas indicacións e seguindo as súas instrucións.
- **Coidado e responsabilidade:** Demostrar un coidado especial polo entorno e os materiais utilizados durante as actividades, mantendo a orde e evitando danos innecesarios.
- **Participación activa e colaboración:** Participar activamente nas actividades propostas, contribuíndo de maneira construtiva e cooperativa co grupo.
- **Seguridade e benestar:** Priorizar a seguridade e o benestar de un mesmo e dos demais en todo momento, tomando precaucións axeitadas e evitando

5.5. Uso de dispositivos electrónicos

A **Orde de 4 de xaneiro de 2024** da Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades **sobre o uso dos teléfonos móbiles e dispositivos electrónicos** nos centros educativos establece un marco normativo claro para toda a comunidade. O que nos corresponde neste plan é matizar e contextualizar ao noso centro a normativa e falar dos supostos especiais que se poidan dar.

Como norma xeral, calquera dispositivo dos que dispón o centro (tablets, portátiles, paneis interactivos) será utilizado sempre baixo a supervisión dunha mestra/e e con fins pedagóxicas e puntualmente lúdicas.

Temos a responsabilidade de **non caer no recurso fácil** de entretemento que supón prender os paneis interactivos e poñer contidos atractivos para o alumnado e dese xeito ocupar o tempo que transcorre entre as 8:45h e as 9h, os recreos nos días de chuvia ou outros momentos que poidan aparecer ao longo da mañá. Con isto non estamos a prohibir este uso, senón limitalo ao longo da semana. Unha idea para regulalo podería ser **non** darlle esta

finalidade **máis de unha vez** ao longo do mesmo **período lectivo** e **non** facelo **máis de tres** **períodos lectivos á semana**.

6. Dereitos e Deberes do Alumnado

6.1. Dereitos

- Dereito a **recibir unha educación de calidade, adaptada** ás súas **necesidades e características** individuais.
- Dereito a **ser tratado con respecto e dignidade** por parte do persoal docente e non docente do centro educativo.
- Dereito a un **ambiente de aprendizaxe seguro e saudable**, libre de calquera forma de violencia, acoso ou discriminación.
- Dereito a **ser escoitado** e ter voz nas decisións que lles afecten no ámbito escolar, tendo en conta a súa opinión e perspectiva.
- Dereito a **recibir un trato igualitario e non discriminatorio**, independentemente da súa orixe étnica, relixión, sexo, ou calquera outra característica persoal.
- Dereito a **participar en actividades educativas e culturais** que promovan o seu desenvolvemento persoal, social e académico, así como o seu benestar e equilibrio emocional.
- Dereito a unha **atención individualizada e apoio adecuado** para superar as súas dificultades de aprendizaxe, adaptándose ás súas necesidades específicas.
- Dereito a **ser informado sobre o seu progreso académico e recibir orientación** e apoio para o seu desenvolvemento persoal e profesional.
- Dereito á **privacidade e confidencialidade** da súa información persoal e académica, garantindo a súa seguridade e integridade.
- Dereito a **vestir libremente**, respectando sempre as premisas seguintes: dita vestimenta non atente contra a dignidade de ninguén, non supoña unha discriminación por razón de sexo ou supoña un risco para a súa saúde ou integridade persoal nin a dos demais membros da comunidade educativa e non impidan nin dificulten a normal participación e funcionamento do alumnado nas diferentes actividades educativas. (Art. 19.3 Decreto 8/2015).

6.2. Deberes

- Deber de **asistir regularmente á clase** e participar activamente nas actividades educativas programadas.
- Deber de **respectar aos compañeiros, profesores e demais membros da comunidade educativa**, mostrando tolerancia e empatía cara ás diferenzas individuais.

- Deber de **seguir as normas e regulamentos establecidos polo centro educativo**, tanto na aula como nos espazos comúns.
- Deber de **coidar e conservar o material escolar** e as instalacións do centro, contribuíndo así ao mantemento dun ambiente de aprendizaxe adecuado.
- Deber de **realizar as tarefas e traballos asignados polos profesores** de maneira dilixente e responsable, mostrando interese e compromiso co seu aprendizaxe.
- Deber de **participar en actividades** extra curriculares e en iniciativas que promovan o benestar e a convivencia na comunidade educativa.
- Deber de **expresar as súas opinións e preocupacións de maneira respectuosa** e construtiva, contribuíndo así ao diálogo e á resolución pacífica de conflitos.
- Deber de **respectar as quendas de palabra** e seguir as indicacións do profesorado durante as clases e outras actividades escolares.
- Deber de **colaborar cos seus compañeiros no desenvolvemento de traballos** en equipo e actividades grupais, fomentando así o compañeirismo e a solidariedade.
- Deber de **esforzarse por alcanzar as súas metas académicas e persoais**, aproveitando ao máximo as oportunidades de aprendizaxe que lle brinda o centro educativo.

7. Dereitos e Deberes do Profesorado

7.1. Dereitos

- Dereito a **ser tratado con respecto e dignidade** por parte dos estudantes, familias e demais membros da comunidade educativa.
- Dereito a **un ambiente de traballo seguro e saudable**, que promova o benestar físico e emocional do profesorado.
- Dereito a unhas **condicións laborais dignas e estables** na organización do centro.
- Dereito á **liberdade de cátedra e á autonomía pedagóxica**, que lle permita ao profesorado desenvolver o seu labor educativo con profesionalidade e creatividade **respectando a lexislación vixente e o proxecto educativo do centro**.
- Dereito á **formación continua e ao desenvolvemento profesional**, para mellorar as súas competencias e estar ao día nas últimas tendencias educativas.
- Dereito á **participación nas decisións que afecten ao funcionamento do centro** educativo, así como ao deseño e posta en marcha de plans e programas de mellora.
- Dereito á **protección da súa privacidade e confidencialidade** en relación coa súa vida persoal e profesional.
- Dereito a **recibir apoio e asesoramento por parte das autoridades educativas e do equipo directivo** do centro, ante situacións de conflito ou dificultade.
- Dereito a **ser recoñecido e valorado polo seu labor educativo**, tanto a nivel individual como colectivo.

7.2. Deberes

- Deber de **impartir un ensino de calidade**, adaptado ás necesidades e características dos estudantes.
- Deber de **tratar aos estudantes con respecto e empatía**, promovendo o seu desenvolvemento integral e o seu benestar emocional.
- Deber de **crear un ambiente de aprendizaxe seguro e inclusivo**, libre de calquera forma de discriminación ou acoso.
- Deber de **seguir os programas e plans de estudo** establecidos polas autoridades educativas, así como as normas e regulamentos do centro.
- Deber de **promover a participación activa dos estudantes** na súa propia aprendizaxe, fomentando a autonomía e a responsabilidade.

- Deber de **manter unha comunicación aberta e transparente coa comunidade educativa**, incluíndo estudantes, familias e outros membros do persoal.
- Deber de **actualizar e mellorar as súas habilidades pedagóxicas e didácticas** a través da formación continua e a investigación.
- Deber de **colaborar con outros profesionais do ámbito educativo** para promover o intercambio de boas prácticas e o desenvolvemento profesional conxunto.
- Deber de **participar en actividades de avaliación e seguimento do rendemento dos estudantes**, así como na análise e interpretación dos resultados.
- Deber de **respectar e promover os dereitos dos estudantes e das súas familias**, garantindo un trato igualitario e non discriminatorio para todos

8. Dereitos e Deberes das Familias

8.1. Dereitos

- Dereito a **ser informadas sobre o proceso educativo** dos seus fillos, incluíndo o seu progreso académico, comportamento e participación en actividades escolares.
- Dereito a **participar nas decisións que afecten á educación dos seus fillos**, incluíndo a posibilidade de formar parte dos órganos de goberno e participación do centro educativo.
- Dereito a **ser respectadas e tratadas con dignidade** por parte do persoal do centro educativo, incluíndo profesores, persoal administrativo e de servizos, e outros membros da comunidade escolar.
- Dereito a **recibir apoio e asesoramento por parte do centro educativo** ante situacións de conflito ou dificultade relacionadas coa educación dos seus fillos.
- Dereito a **acceder á información relevante sobre o funcionamento do centro educativo**, incluíndo a súa normativa interna, os programas educativos e as actividades extraescolares dispoñibles.
- Dereito a **participar nas actividades e iniciativas promovidas polo centro educativo**, colaborando na organización de eventos, charlas e actividades lúdicas que contribúan ao benestar e desenvolvemento dos estudantes.
- Dereito a **recibir unha atención individualizada e adaptada ás necesidades dos seus fillos**, garantindo o seu dereito á igualdade de oportunidades e ao acceso a unha educación inclusiva e de calidade.
- Dereito a **ser informadas e consultadas sobre calquera cambio ou decisión importante que afecte ao funcionamento do centro educativo** ou á educación dos seus fillos, incluíndo cambios de profesorado ou de políticas educativas.
- Dereito a **formar parte activa da comunidade educativa** e a contribuír ao desenvolvemento do proxecto educativo do centro, colaborando na definición de obxectivos, valores e accións prioritarias.
- Dereito a **presentar reclamacións ou queixas** ante as autoridades competentes en caso de considerar que se vulneran os dereitos dos seus fillos ou que se producen irregularidades no funcionamento do centro educativo.

8.2. Deberes

- Deber de **colaborar activamente co centro educativo na educación e formación** dos seus fillos, promovendo o seu interese polo aprendizaxe e apoio ás súas actividades escolares.
- Deber de **respectar e cumprir coas normas e regulamentos** establecidos polo centro educativo, así como apoiar as medidas disciplinarias postas en marcha para manter un ambiente de aprendizaxe adecuado.
- Deber de **manter unha comunicación aberta e fluída** co profesorado e o persoal do centro, informándose sobre o progreso académico e comportamento dos seus fillos, e colaborando na identificación e resolución de posibles problemas.
- Deber de **fomentar valores de respecto, tolerancia e solidariedade** nos seus fillos, así como promover unha convivencia harmoniosa e respectuosa tanto no ámbito escolar como no familiar.
- Deber de **implicarse activamente nas actividades e iniciativas promovidas polo centro educativo**, participando en reunións, eventos e actividades de voluntariado que contribúan ao benestar e ao desenvolvemento da comunidade escolar.
- Deber de **respectar a privacidade e confidencialidade da información persoal e académica dos seus fillos**, así como colaborar co centro educativo na protección dos datos persoais dos demais membros da comunidade escolar.
- Deber de **fomentar un ambiente de estudo e aprendizaxe en casa**, proporcionando o apoio necesario aos seus fillos no desenvolvemento das súas tarefas e deberes escolares.
- Deber de **promover un estilo de vida saudable e equilibrado** nos seus fogares, incluíndo hábitos alimenticios adecuados, actividade física regular e o establecemento de rutinas de sono saudables.
- Deber de **informarse e participar activamente na vida asociativa do centro educativo**, colaborando coa asociación de pais e nais ou coa comunidade escolar en xeral na realización de actividades e proxectos en beneficio dos estudantes.
- Deber de **velar polo dereito á educación dos seus fillos**, procurando que estean matriculados e asistindo regularmente á escola, e colaborando co centro educativo na prevención do abandono escolar e na promoción do éxito académico e persoal dos seus fillos.

9. Dereitos e deberes do persoal non docente:

9.1. Dereitos

- Dereito a **ser tratado con respecto e dignidade** polo resto do persoal do centro educativo, incluíndo estudantes, profesores, familias e demais membros da comunidade escolar.
- Dereito a **un ambiente de traballo seguro e saudable**, que garanta a seguridade e integridade física e emocional do persoal non docente.
- Dereito a **recibir apoio e asesoramento por parte do equipo directivo e do resto do persoal do centro** ante situacións de conflito ou dificultade no desempeño das súas funcións.
- Dereito a **recibir formación e actualización nas súas competencias e coñecementos profesionais**, que lles permita desenvolver as súas funcións de maneira máis eficiente e efectiva.
- Dereito a **participar nas decisións que afecten á súa área de traballo e ao funcionamento xeral do centro educativo**, así como a ser escoitado e ter voz nas cuestións que lles afecten.
- Dereito a **recibir recoñecemento e valoración polo seu labor e dedicación ao centro educativo**, tanto a nivel individual como colectivo.
- Dereito a **recibir un trato igualitario e non discriminatorio** en todas as súas relacións laborais e interaccións co resto do persoal do centro educativo.
- Dereito a **presentar reclamacións ou queixas ante as autoridades competentes** en caso de considerar que se vulneran os seus dereitos laborais ou que se producen irregularidades no centro educativo.

9.2. Deberes

- Deber de **realizar as súas funcións e tarefas asignadas** con profesionalidade, eficiencia e compromiso co centro educativo.
- Deber de **respectar e colaborar co resto do persoal do centro educativo**, incluíndo o persoal docente, administrativo e outros membros da comunidade escolar.
- Deber de **cumprir coas normas e regulamentos establecidos polo centro educativo** en relación co funcionamento e mantemento das instalacións e espazos comúns.
- Deber de **tratar aos estudantes, familias e demais membros da comunidade educativa con respecto e cortesía**, ofrecendo unha atención amable e axuda en todo momento.
- Deber de **manter unha comunicación aberta e fluída co resto do persoal do centro**, informando de calquera incidencia ou situación relevante que poida afectar ao seu traballo ou ao funcionamento do centro.
- Deber de **respectar a confidencialidade e privacidade da información persoal e académica dos estudantes** e demais membros da comunidade educativa, garantindo a seguridade e integridade dos datos.
- Deber de **colaborar na promoción dun ambiente de traballo seguro e saudable**, participando na prevención de riscos laborais e na aplicación de medidas de seguridade e hixiene no centro educativo.
- Deber de **realizar as súas funcións e tarefas de acordo coa normativa vixente en materia de protección de datos persoais**, garantindo o correcto tratamento e custodia da información sensible.
- Deber de **participar en actividades de formación e mellora profesional** que lle permitan actualizar as súas competencias e coñecementos en relación coa súa área de traballo.
- Deber de **manter unha actitude positiva e colaborativa en todo momento**, contribuíndo ao bo funcionamento e convivencia na comunidade educativa.

10. Resolución de Conflictos

Se o plan de Convivencia ten éxito pleno, nunca deberíamos chegar a este apartado, pero resulta utópico pensar nunha escola libre ao 100% de conflitos, polo que debemos ter claro como solucionarlos sen que deixen feridas abertas e empregándoos como experiencia de aprendizaxe.

É fundamental **impedir que os problemas medren, que se enquisten**, e para iso debemos **evitar** solucións rápidas como o **"seguidе xogando"**, **"non pasa nada"**, **"non sexas esaxerada/o"** ou falsas crenzas como **"son cousas de nenos"**. Todas as situacións deben ser resoltas, finalizadas e non podemos consideralas pechadas ata que as dúas partes acepten a solución e, no caso de haber desigualdade, non se **repoña o dano** á vítima.

Neste apartado queremos facer referencia ás **familias**, xa que ás veces, os conflitos non se detectan no centro educativo ou poden traspasar este ámbito, e cobra importancia unha **comunicación fluída e natural**, debemos **eliminar** esa sensación de **"non quero ser a típica nai/pai que vai ao colexio e protesta por todo"**. Se hai un suceso ou **situación que causa preocupación** a unha nena/o, **debe comunicarse**. Esta comunicación non implica castigos nin etiquetas para outro alumnado, **é información que debemos usar** para que non suceda o que reflectimos nun parágrafo anterior, enquistе ou crecemento dun problema. Atalladas a tempo, estas situacións teñen unha solución moito máis sinxela e menos traumática que se se deixa fermentar co tempo.

Promovemos unha **resolución de conflitos** que **priorice o aspecto emocional**, sendo a reflexión e a análise de cada situación os aspectos básicos para chegar a conclusións e extraer aprendizaxe do ocorrido.

10.1. Estratexias de resolución

No **anexo I** móstrase o procedemento a seguir para resolver conflitos, así como recomendacións e preguntas para levar a cabo o proceso.

Se se produce un conflito é porque fallaron as estratexias previas que debe ter o alumnado para arranxar desacordos mediante o diálogo, polo que é necesaria a intervención dunha terceira persoa.

O **rol** desa terceira persoa é o de **mediador/a**, que terá como labor a **solución conciliada** do mesmo, empregando, para conseguilo, as seguintes pautas:

- **Comunicación aberta:** Promover un ambiente onde as nenas/os se sintan seguras para expresar as súas opinións e emocións de maneira aberta e respectuosa.
- **Escoita activa:** Ensinar ás nenas/os a importancia de escoitar atentamente aos demais, mostrando empatía e comprensión cara aos seus puntos de vista.
- **Negociación:** Fomentar a busca de solucións mutuamente aceptables, onde ambas partes cedan en certos aspectos para chegar a un acordo satisfactorio para ambas partes.
- **Reflexión:** Promover a autoavaliación e a reflexión sobre o conflito, animando ás dúas partes a pensar en como poderían ter manexado a situación de maneira diferente e o que poden aprender dela.
- **Desenvolvemento de habilidades sociais:** Ensinar habilidades de comunicación, resolución de problemas e manexo do estrés para axudar aos implicados a afrontar os conflitos de maneira construtiva.
- **Enfoque nos intereses comúns:** Axudar aos estudantes a identificar os intereses e necesidades subxacentes detrás do conflito, buscando solucións que satisfagan esas necesidades en lugar de centrarse nas posicións enfrontadas
- **Promoción da empatía:** Fomentar a empatía e a comprensión, axudándolles a poñerse no lugar do outro e considerar como se senten e pensan.

10.2. Xestión emocional

Buscar un culpable e unha vítima pode ser un remedio rápido, pero non sempre xusto, cando nos enfrontamos a unha situación conflitiva. A análise debe afondar máis e buscar as causas, as sensacións ou as emocións que levaron a desenvolver actitudes contrarias á convivencia. Detrás de moitas reaccións hai unha mochila previa que se foi enchendo e rematou por estoupar.

É por iso que as partes implicadas deben ser tratadas por igual no que a educación emocional se refire, ambas necesitan xestionar o sucedido, reflexionar sobre elo e aprender.

10.3. Apoio e confidencialidade

As nenas e nenos teñen dereito a cometer erros e a non ser marcados e etiquetados por elo. As actuacións que se leven a cabo non teñen que ser públicas, as persoas implicadas estarán baixo confidencialidade.

11. Medidas educativas e correctoras

Neste apartado imos facer referencia ás medidas que se deben adoptar nos casos de que o alumnado non cumpra coas normas de convivencia do colexio. Queremos distinguir entre este apartado e o que aparece nas normas de organización, funcionamento e convivencia (NOFC), sendo o matiz diferencial que neste plan falaremos máis de prevención e das actuacións a levar a cabo ante condutas e indicios que no futuro poidan derivar en partes por actuacións contrarias á convivencia. É unha intervención previa a medidas máis drásticas ou sancionadoras.

Todas aquelas condutas que non respecten as normas de convivencia establecidas neste plan e que teñan que ser corrixidas ao non ser efectivo o descrito no parágrafo anterior, seguirán o procedemento establecido nas NOFC do centro, coa apertura dun parte de falta leve ou grave e o procedemento corrector posterior.

Medidas educativas:

- Explicación clara das normas de convivencia e os motivos polos cales é necesario o respecto das mesmas.
- Actividades formativas para promover os valores de respecto, colaboración e empatía.
- Lectura de contos e materiais relacionados coa convivencia.
- Realización de pequenos traballos relacionados coa convivencia e a reposición do dano.
- Reforzo positivo dos comportamentos desexables.
- Ensino de estratexias simples de resolución de problemas.

Medidas correctoras:

- Utilización de consecuencias naturais e retirada de privilexios.
- Aplicación do "tempo fóra" na aula de convivencia como ferramenta de reflexión.
- Promoción da reparación do dano causado.
- Mantemento dunha comunicación aberta coas familias.
- Establecemento dun calendario regular de reunións para facer un seguimento.

12. A comisión de convivencia.

O réxime de funcionamento, composición e o desenvolvemento das funcións da comisión de convivencia de cada centro docente concretarase no plan de convivencia, de conformidade co establecido para os órganos colexiados na Lei 16/2010, do 17 de decembro, de organización e funcionamento da Administración xeral e do sector público autonómico de Galicia (sección 3ª) e no Artigo 6 do Decreto 8/2015. En todo caso, o funcionamento xeral da Comisión de Convivencia será o seguinte:

COMPOSICIÓN . (Art. 17 lei 16/2010 e Art. 6 D 8/2015)

Seguindo a normativa vixente, a comisión de convivencia constituirase no seo do seu consello escolar e integrará o principio de igualdade entre mulleres e homes de todos os sectores da comunidade educativa. Estará composta por representantes do profesorado, das familias e do persoal de administración e servizos, todas elas na mesma proporción en que se encontran representadas no consello escolar do centro. Será presidida pola persoa titular da dirección do centro e unha das persoas integrantes actuará como secretaria ou secretario, quen levantará a acta das súas reunións.

Para que sexa unha comisión áxil e funcional, está formada por dous representantes do profesorado e dous por parte das familias, así como por un representante do persoal de servizos.

Renovación dos membros.- A renovación dos membros da comisión de convivencia correspondente ós representantes de profesorado e de pais/nais realizarase cada dous anos, e o procedemento será o seguinte:

- *Familias:* un representante sairá do propio consello escolar, é dicir, unha das nais/pais que represente ás familias no consello formará parte da comisión de convivencia. O segundo representante será elixido directamente pola ANPA Os Olmos.
- *Profesorado:* persoa que exerza a xefatura de estudos, xefe do departamento de orientación e coordinador/a de benestar e convivencia.
- *Persoal de servizos:* elixido por elas/es mesmas cada dous anos.

Merecen especial atención os casos dos representantes de profesorado correspondentes ás figuras do orientador/a e do xefe/a de estudos. Aínda que a súa presenza na comisión non teña

carácter obrigatorio, é importante que ambas figuras sexan sempre membros da comisión de convivencia. Polo tanto, nestes casos a renovación non lles afectará e soamente cambiarán no caso de que cambie a persoa que exerza dito posto. No caso de que haxa cambio de equipo directivo, o mestre da comisión de convivencia que era xefe de estudos será substituído inmediatamente polo do novo equipo directivo.

As funcións dos diferentes membros e da propia comisión serán os reflectidos na Lei vixente.

Cando a comisión de convivencia o considere oportuno, e co obxecto de que informen no ámbito das súas respectivas competencias, poderá solicitar o asesoramento dos/as profesionais do departamento de orientación que interveñen no centro, do profesorado titor relacionado co tema que se analice, do educador ou educadora social do concello onde estea o centro educativo ou doutros ou doutras profesionais segundo a problemática de que se trate, así como das asociacións do sector que poidan colaborar na mellora da convivencia.

PERIODICIDADE DAS REUNIÓNS.

Convocatorias e sesións (art. 19 Lei 16/2010).

- A Comisión de convivencia manterá **tres reunións anuais de carácter ordinario, unha por trimestre**, e con carácter extraordinario cantas veces sexa convocada pola súa presidencia, por iniciativa propia ou por proposta de, polo menos, unha terceira parte dos seus membros (Art. 6 D 8/2015).
- As **datas** das reunións **ordinarias fixaranse ao inicio de cada curso**. As convocatorias extraordinarias realizaranse igualmente por correo electrónico pero con 48 horas de antelación.
- Para a válida constitución da comisión de convivencia, a efectos de celebración das diferentes sesións, deliberacións e toma de acordos, requirirase a presenza do presidente/a e do secretario/a ou, no seu caso, daqueles membros que os substitúan, e de polo menos a metade dos seus membros.
- Non poderá ser obxecto de deliberación ou acordo ningún asunto que non figure incluído na orde do día, salvo que estean presentes todos os membros da comisión de convivencia e sexa declarada a urxencia do asunto polo voto favorable da maioría.
- Os acordos serán adoptados por maioría simple de votos.

- Calquera membro da comisión de convivencia poderá dirixirse ao secretario/a para que lles sexa expedida unha certificación dos acordos adoptados.

Actas (art. 20 lei 16/2010).

- De cada sesión que celebre a Comisión de Convivencia o/a secretario/a levantará a acta correspondente na que se especificará: os asistentes, a orde do día da reunión, as circunstancias do lugar e do tempo no que se celebrou, os puntos principais das deliberacións así como o contido dos acordos adoptados.
- Os membros que discrepen do acordo maioritario poderán formular voto particular por escrito no prazo de corenta e oito horas contando dende o momento no que o presidente de por finalizada a sesión, que se incorporará ao texto aprobado.
- As actas aprobaranse na mesma ou na seguinte sesión. Non obstante, o secretario poderá emitir certificación sobre os acordos específicos que se adoptaron, sen prexuízo da posterior aprobación da acta. Nas certificacións que se fagan sobre os acordos adoptados emitidas con anterioridade á aprobación da acta, farase constar expresamente tal circunstancia.

13. A aula de convivencia inclusiva.

A aula de convivencia inclusiva é unha medida **ordinaria** de atención á diversidade dirixida fundamentalmente ao alumnado que, como consecuencia da imposición de medidas correctoras, estivese temporalmente privado do seu dereito de asistencia ao centro. Do mesmo xeito, esta aula tamén poderá ser empregada naqueles casos nos que o comportamento dun alumno/a dificulte moito o normal desenvolvemento das diferentes sesións pero sen chegar a ser dito comportamento o suficientemente grave como para ser privado do seu dereito de asistencia ao centro.

A súa finalidade principal será pois a de converterse nunha alternativa á expulsión do centro para aquel alumnado sancionado con esta medida (ou para que teña un comportamento temporal que impida o normal funcionamento das clases) tratando de buscar sempre a reincorporación á súa propia aula no menor tempo posible a través de apoios e formación específica deste alumnado.

Ningún alumno/a poderá ser enviado ós corredores do centro como castigo a unha conduta determinada. Nos casos nos que sexa preciso sacar a un alumno/a da aula ordinaria empregárase a aula de convivencia inclusiva.

Así, os obxectivos fundamentais desta aula serán os seguintes:

- Axudar a **adquirir unha boa disposición cara as tarefas** escolares e compensar as carencias que lles impiden a algún alumnos/as a súa inclusión escolar.
- **Reconstruír e favorecer a súa autoestima** e as habilidades de **pensamento reflexivo** e de **autocontrol**.
- **Favorecer** no alumnado a **comprensión do alcance** que poden chegar a ter as súas **condutas** para si mesmo e para os demais así como a importancia da responsabilidade das súas accións, pensamentos, sentimentos e comunicacións cara aos demais.
- Habilitar un **espazo** que lle proporcione ao alumnado as **condicións necesarias para reflexionar** sobre a súa conduta contraria ás normas de convivencia, o seu comportamento en determinados conflitos e sobre como afecta todo iso ao desenvolvemento das clases.

A organización e funcionamento da aula de convivencia inclusiva do centro rexeráse pola normativa reguladora vixente neste eido (Artigo 8 D 229/2011; Artigo 19.3 Lei 4/2011; Artigo 25 D 8/2015),) quedando recollida nos seguintes apartados:

- **Creación da aula de convivencia.-** A aula de convivencia quedará oficialmente creada a partir da data de aprobación do presente documento.
- **Localización da aula de convivencia.-** Temporalmente situarase no departamento de orientación (por non existir espazo físico no centro alternativo para a súa localización).
- **Material didáctico da aula de convivencia.-** Materiais existentes no departamento de orientación que poidan ser empregados polo mestre responsable da aula de convivencia en cada momento.
- **Responsables da aula de convivencia/gardas.-** Como norma xeral, e mentres a situación da aula de convivencia sexa o departamento de orientación, o responsable da mesma será o orientador. No caso de non existir dispoñibilidade do orientador, dende a xefatura de estudos asignarase un mestre de garda para que se faga cargo do alumnado que poida estar en dita aula.
- **Derivación dun alumno/a á aula de convivencia.-** Como norma xeral, un alumno será derivado á aula de convivencia cando: amose condutas disruptivas na clase e estas afecten directamente sobre os seus compañeiros ou impidan o desenvolvemento da sesión; amose dificultades de autocontrol e mala disposición cara as tarefas escolares e o mestre en cuestión esgotase outras medidas de modificación da conduta; nos casos de expulsión do centro cando esta non favoreza a corrección da conduta,... A decisión de derivar a un alumno/a á aula de convivencia será tomada polo/a mestre/a que no momento concreto no que se produce o incidente estea ao seu cargo. Esta decisión comunicarse o máis pronto posible ao titor/a do alumno/a, así como á xefatura de estudos, para que lle sexa tamén comunicada á familia correspondente.
- **Actuacións na aula de convivencia.-** Como norma xeral, e nos casos nos que a permanencia do alumno/a na aula de convivencia sexa inferior a unha sesión, a maior parte das actividades a realizar nese tempo xirarán en torno á realización de actividades básicas axeitadas á idade e dirixidas á reflexión da conduta realizada e ao seguimento de programas de habilidades e competencia social. Nos casos nos que a permanencia do alumno/a na aula de convivencia non sexa puntual e se prolongue máis aló dunha sesión, o mestre que o remitiu á aula de convivencia remitirá tamén as tarefas a realizar en dita aula, sendo el o encargado de corrixilas e avalialas. O mestre da aula de convivencia encargarse de supervisar a execución das actividades propostas polo mestre/a así como realizar paralelamente actividades de reflexión e programas de habilidades sociais.

- **Horario e condicións de funcionamento da aula.**- A aula de convivencia empregarase como recurso a adoptar ante determinados casos relacionados con problemas de conduta do alumnado do centro seguindo as directrices xerais expostas nos apartados anteriores. Un alumno/a poderá ser derivado á aula de convivencia tantas veces se considere necesario sen existir un número máximo.
Nesta aula, e como norma xeral, poderá haber simultaneamente un máximo de cinco alumnos/as. Excepcionalmente, e ante casos de gravidade considerable, este número poderá variar, correspondéndolle á xefatura de estudos formular propostas organizativas alternativas ante situacións concretas.
- Como norma xeral, **non se poderá remitir a un alumno/a á aula de convivencia durante o tempo de recreo.** A decisión de privar a unha alumna/o deste período lectivo corresponde unicamente a unha sanción imposta trala apertura dun parte.
- **Rexistro do alumnado que é remitido á aula de convivencia.**- Na xefatura de estudos existirá unha folla de rexistro na cal se recollerán os datos do alumnado que foi remitido á mesma. Nesa folla de rexistro recollerase a seguinte información: nome e apelidos do alumno/a; curso; motivo polo que é derivado á aula de convivencia; mestre/a encargado de propoñer a medida; área que se estaba traballando no momento de adoptar a medida; data e duración da medida.

14. Punto laranxa e equipo ACAE (Actuación Contra o Acoso Escolar)

O **Punto Laranxa** é unha medida impulsada desde a Xunta de Galicia co obxectivo de erradicar o acoso e o ciberacoso non centros educativos, grazas á colaboración de alumnado, docentes, familiares e outras persoas próximas á comunidade educativa.

É un **espazo físico e virtual** onde calquera persoa coñecedora dunha situación de posible acoso poderá comunicalo. O anonimato constitúe un refuxio seguro á hora de denunciar, facilitando así o logro dun cambio entre todos e todas.

COMO FUNCIONA O PUNTO LARANXA?

Calquera membro da comunidade que educativa que estea a sufrir ou coñeza algún posible caso de acoso ou ciberacoso, debe axudar a paralo, para iso disporá desta ferramenta que ten un emprego moi sinxelo:

1. Escribir de maneira anónima a mensaxe nun lugar onde se sinta seguro/a.
2. Localizar o Punto Laranxa no centro.
3. Depositar na caixa do Punto Laranxa a mensaxe (esta caixa só pode ser aberta polo equipo docente encargado de loitar contra o acoso escolar no centro).

Tamén pódese achegar a mensaxe a través do Formulario web que hai na páxina do colexio.

O **equipo ACAE** é o equipo encargado da levar adiante as medidas establecidas no protocolo contra o acoso e ciberacoso no referente á detección e á intervención ante posibles casos de acoso e ciberacoso escolar.

Este estará formado por un mínimo de tres membros do claustro, entre os cales se atoparán os seguintes:

→ *Xefe/a do Departamento de Orientación.*

→ *Coordinador/a de benestar e convivencia.*

→ *Un/unha docente nomeado/a pola dirección do centro para cada caso en función do alumnado implicado, que será a persoa instrutora do procedemento corrector, de ser o caso.*

Este equipo solicitará a colaboración da persoa designada pola dirección do centro como responsable da atención á vítima, recollido no artigo 30.2.c) da Lei 4/2011, así como de persoas de confianza, pertencentes ao centro, de todo o alumnado implicado.

En xeral, **as funcións** deste equipo serán as seguintes:

- **Revisión diaria e filtraxe** das posibles denuncias **no Punto Laranxa** contra o Acoso e o Ciberacoso Escolar.
- **Rexistro e comunicación dos feitos** ante a dirección do centro educativo.
- **Comprobación da veracidade** dos feitos comunicados.
- Determinación da **existencia de indicios** de acoso.
- Apertura, de ser o caso, dunha **investigación**.
- Adopción, de ser necesario, de **medidas inmediatas**.
- Elaboración do **ditame** derivado da **investigación**.
- **Apertura**, se procede, do **protocolo**.
- **Reunión coas persoas implicadas** en presenza da familia ou de representantes legais, unicamente no caso de apertura do protocolo.
- **Pechamento**, cando proceda, **do protocolo**.
- **Seguimento e avaliación das medidas** adoptadas

15. Medidas preventivas contra o acoso escolar

No [protocolo educativo para a prevención, a detección e o tratamento do acoso e do ciberacoso escolar](#), apartado 3.1., establécense unha serie de medidas xerais, a nivel de formación e sobre a organización de centro e de aula que contribúen a un bo clima na escola e que serán referencia para levar a cabo na escola.

Unha das medidas, *"Implantación de criterios de agrupamento de alumnado"*, está desenvolvida nas NOFC do colexio, pero merece que se maticen algúns aspectos neste plan.

Para realizar os agrupamentos en 4º de infantil xa non empregamos unicamente o criterio de orde alfabética dos apelidos, senón que existen criterios máis pedagóxicos como a distribución equitativa do alumnado con NEAE, o equilibrio entre nenas e nenos e as observacións realizadas durante o período de adaptación. Unha vez realizados estes agrupamentos, mantéñense en toda a etapa de infantil e no primeiro ciclo. Unha vez cambian do primeiro ciclo o segundo, realizaranse uns novos agrupamentos, nos que a experiencia da convivencia nas aulas dos cincos anos anteriores terán un peso importante á hora de agrupar ao alumnado, como se reflicte no segundo e terceiro criterio establecido.

Os criterios serán:

- **Distribución equitativa** de alumnado con **necesidades específicas** de apoio educativo.
- Resultados de **sociogramas** e análise dos mesmos.
- **Historial de incidencias** nos grupos.
- Ter **en conta ás nenas/os máis introvertidas/os** e con diferentes habilidades sociais para tratar de non rachar co seu círculo de amizades na súa totalidade.

16. Participación das Familias

A relación entre escola e familias é outro aspecto ao que se lle outorga gran importancia en todas as reflexións que se realizan sobre o sistema educativo. Sen embargo, non sempre sempre as escolas potencian que as familias se involucren, xa que o que se demanda delas é unicamente que acudan ás titorías, que "estean pendentes" das súas fillas/os e que na celebración ou conmemoración correspondente fagan o que lles solicita.

Este proceder "paliativo" limita e moito o papel que poden desempeñar as nais e pais na vida do centro. Neste documento imos realizar unha visión máis positiva e proactiva para as familias.

16.1. Colaboración en actividades

Neste apartado, centrarémonos en implicar activamente ás familias en diversas actividades escolares, promovendo a colaboración e o traballo conxunto entre a escola e o fogar para enriquecer a experiencia educativa dos estudantes. Algúns das iniciativas que podemos implantar inclúen:

- **Organización de voluntariado:**

Aquelas familias que o desexen poderán ofrecer o seu voluntariado para a realización de actividades na escola. O grao de compromiso, a dispoñibilidade e o tipo de voluntariado poden ser de varios tipos, non hai un nivel de esixencia mínimo nin obrigatoriedade.

Ideas de posibles voluntariados: coidado da horta no verán, participación en actividades fóra de horario lectivo, pequenos traballos de mantemento no patio ou no interior da escola, acompañamento en actividades extraescolares, promoción de talentos e habilidades (compartir os seus talentos, habilidades e coñecementos coa comunidade escolar, ofrecendo talleres, charlas ou actividades en áreas como arte, música, deporte, ciencia, tecnoloxía ou calquera outra disciplina que enriqueza a experiencia educativa)

- **Participación en Conmemoracións:**

As conmemoracións son momentos do curso no que o centro escolar pode abrir as súas portas e compartir xornadas de traballo coas familias. Esa participación pode ser máis activa (obradoiros para facer disfraces, lectura de contos, etc) ou máis de acompañamento (festival de Nadal, Día da Paz)

16.2. Comunicación escola-familia

- **Creación dun sistema de comunicación bidireccional:**

Queremos ter unha canle de comunicación directa entre a escola e as familias e para iso establecemos as seguintes vías:

- **Correo electrónico:** para comunicar e informar sobre aspectos xerais
- **Aplicación Abalarmóbil:** comunicacións xerais do centro, do ciclo o da aula como sistema de difusión e comunicacións máis directas en salas de mensaxería, así como citas de titoría.
- **Reunións presenciais:** para compartir información relevante, novas do colexio, recordatorios de eventos e oportunidades de participación.
- **Axenda do alumnado:** pequenos intercambios comunicativos entre o profesorado e as familias.

- **Organización de reunións informativas:**

Realizar reunións periódicas coas familias para informar sobre aspectos importantes do funcionamento do colexio, proxectos educativos, eventos próximos e outros temas de interese, brindando así un espazo para o intercambio de ideas, preguntas e suxestións.

- **Publicación de boletíns informativos:**

Elaborar boletíns periódicos que conteñan información relevante sobre a vida escolar, logros académicos, actividades extracurriculares, consellos educativos e recursos para as familias, manténdooos informados e conectados coa comunidade educativa.

- **Participación en comisións e órganos de representación:**

As familias están representadas no consello escolar, na comisión de convivencia, na comisión económica e a través da ANPA Os Olmos. Entendemos que estar neses grupos de traballo non debe reducirse unicamente á asistencia ás reunións e a aprobación dos puntos da Orde do día, senón que son foros onde se poden trasladar as diferentes inquedanzas e ideas por parte das familias, ás que lles corresponde ter ese papel máis activo dentro deses órganos.

16.3. Educación en valores

- **Organización de charlas e talleres para pais:**

Ofrecer charlas e obradoiros educativos dirixidos ás familias, onde se aborden temas relacionados coa educación en valores, a crianza positiva, a resolución de conflitos, a comunicación efectiva e outras habilidades parentais, proporcionando así ferramentas e recursos para fortalecer a formación en valores no fogar.

- **Asesoramento sobre materiais educativos:**

As familias poden demandar asesoramento sobre libros ou vídeos que aborden diferentes valores como o respecto, a responsabilidade, a solidariedade, a tolerancia, a honestidade, a empatía e a xustiza, e que poidan ser utilizados na casa, promovendo así a reflexión e o diálogo en torno a estes temas.

- **Celebración de actividades interxeracionais:**

Organizar actividades que fomenten a interacción e o intercambio de experiencias entre diferentes xeracións, como encontros familiares, xornadas de convivencia, proxectos colaborativos ou actividades solidarias, onde se poida transmitir e compartir valores a través do exemplo e da convivencia.

17. Avaliación e Seguimento

17.1. Métodos de Avaliación

Para coñecer o éxito do plan empregaremos indicadores que nos permitan obter resultados que posteriormente poidan ser analizados. Entre eles, propoñemos:

- Número de partes abertos por curso
- Número de rexistros de apercibimentos por curso
- Grao de satisfacción das familias con respecto á convivencia no centro (a través da enquisa de fin de curso)
- Grao de satisfacción do profesorado con respecto á convivencia na aula e no centro (a través da enquisa de fin de curso)

17.2. Análise de Resultados

Os resultados obtidos dos aspectos anteriormente citados serán analizados pola Comisión de Convivencia para realizar as propostas de mellora necesarias. Neste documento establecemos un número para cada apartado que sirva como referencia para a adopción de medidas

- Apertura de máis de tres partes ao longo dun curso
- Superar os 30 rexistros de pequenos conflitos
- Menos do 70% de familias satisfeitas ou moi satisfeitas coa convivencia
- Menos do 70% do profesorado satisfeito coa convivencia.

17.3. Axustes e mellora continua

Este plan está suxeito a unha revisión continua e a unha mellora permanente cando se estime necesario e cando as diferentes propostas que aporte a comunidade educativa sexan aprobadas pola Comisión de Convivencia e sexan validadas polo claustro e o consello escolar.

18. Difusión do plan

O plan de convivencia estará publicado na web do colexio, no apartado "documentos educativos" , dentro do espazo de xestión documental na nube.

Será enviado ás familias vía Abalar para a súa consulta e, a maiores, haberá unha copia na secretaría do colexio para que se poida ver no horario lectivo.

Cando se realicen modificacións no mesmo, serán comunicadas a través de Abalarmóbil.

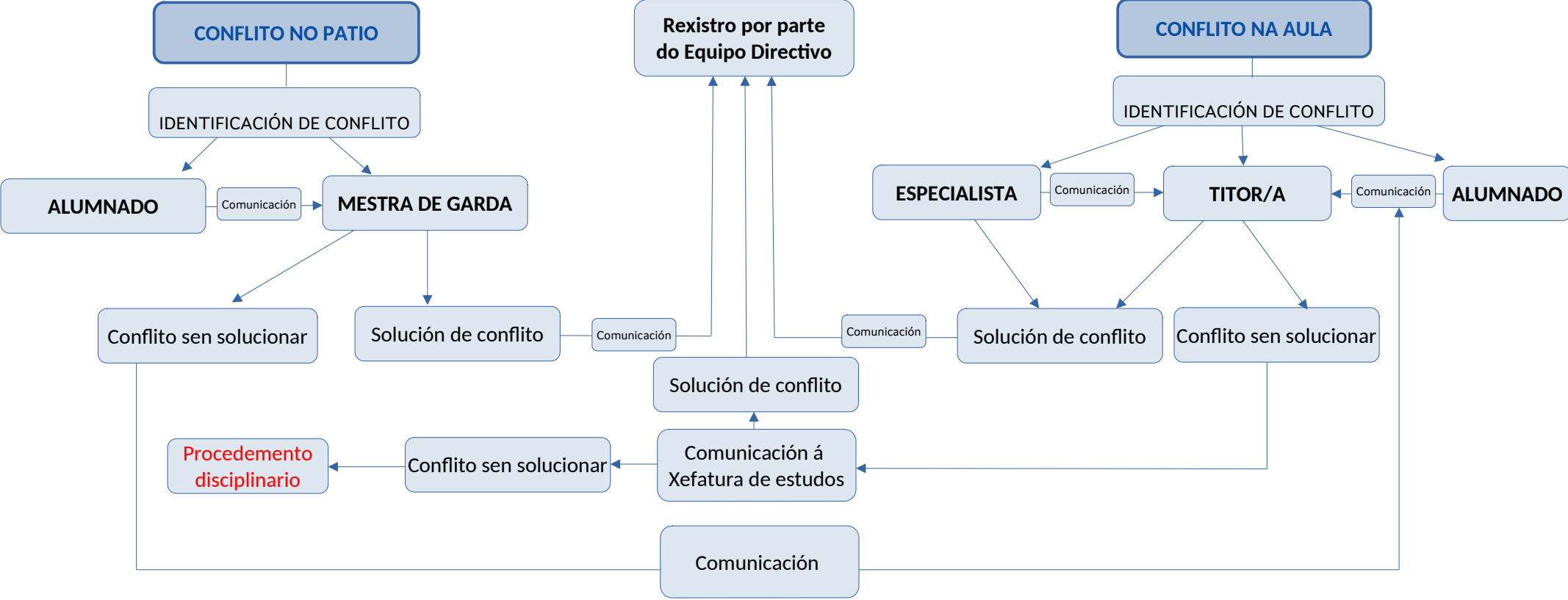
ANEXOS



ANEXO I

Recursos e protocolo para a resolución de conflitos

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE CONFLICTOS ENTRE O ALUMNADO



PAUTAS PARA RESOLVER UN CONFLICTO

* **Escoita activa** de todas as partes sen interrupcións para que expresen sentimentos e preocupacións

* **Neutralidade:** non tomar partido mentres non haxa evidencias

* **Empatía:** entender os sentimentos e perspectivas de ambas partes.

* **Mediación:** Facilitar a comunicación entre as partes en conflito para atopar un terreo común e resolver o problema de maneira construtiva

* **Resolución colaborativa:**
Fomentar a procura de solucións en conxunto, onde ambas as partes comprométanse a atopar unha solución que beneficie a todos.

PREGUNTAS PARA A MEDIACIÓN

- * Cal é o problema concreto que estamos a enfrentar?
- * Como te sentes acerca da situación?
- * Que che gustaría que cambiase?
- * Que solucións posibles podes propoñer?
- * Que che parecen as solucións propostas pola outra parte?

AVALIACIÓN DOS SENTIMENTOS

- Como che fixo sentir esta situación?
- Que emocións estás a experimentar neste momento?
- Que crees que debería cambiar para que te sintas mellor nesta situación?
- Como pensas que a outra persoa sente acerca disto?
- Que accións poderían axudar a mellorar os teus sentimentos e os da outra persoa?

ANEXO II

PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIAIS

Programa que contribúa á adquisición de habilidades e competencias sociais.

O axeitado desenvolvemento das habilidades sociais no contexto educativo goza dunha importancia fundamental no eido da convivencia, xa que como é evidente estas habilidades gozan dunha importancia transcendental no desenvolvemento integral das persoas, e a través delas o suxeito obtén importantes reforzos sociais do entorno máis inmediato que favorecen a súa adaptación ao mesmo. Pola contra, a carencia destas habilidades pode ser o causante de condutas de rexeitamento, illamento e, en definitiva, niveis inferiores de calidade de vida. Ademais, grazas ao desenvolvemento das habilidades sociais podemos acadar que os nosos alumnos/as adquiran un maior grao de participación no seu proceso de ensino-aprendizaxe, o cal leva implícito unha mellora na súa competencia curricular.

Polo tanto, despois desta xustificación, considérase oportuno que neste apartado do plan de convivencia se establezan as directrices básicas dun programa xeral a nivel de centro no que se aborden aspectos básicos para o desenvolvemento de habilidades sociais do noso alumnado dende un punto de vista preventivo. Este programa desenvolverase nas diferentes etapas e niveis impartidos no centro abordando os obxectivos e contidos propostos a continuación en diferente profundidade en función do nivel de cada grupo en cuestión e das necesidades que poidan presentar.

Obxectivos xerais.

Co desenvolvemento e posta en marcha deste programa de habilidades sociais tratarase de:

- Desenvolver a aprendizaxe cooperativa, posibilitando e facilitando o contacto e o traballo entre iguais a partir de centros de interese e de proxectos a realizar.
- Adaptar o comportamento espontáneo e voluntario ás esixencias do seu entorno social.
- Establecer normas correctas de grupo que nos axuden a normalizar o comportamento, segundo as esixencias dos distintos contextos sociais.
- Favorecer o axuste socio-emocional, desenvolvendo habilidades conversacionais e fomentando o uso da linguaxe como medio de comunicación.

- Mellorar a comprensión, percepción e adaptación a situación sociais determinadas, expresando sentimentos, desexos, ideas e opinións mediante a linguaxe oral.
- Favorecer o desenvolvemento da comunicación non verbal, fomentando a realización de xestos, expresións faciais, a mirada,... como aspectos fundamentais nas interaccións sociais.

Contidos.

Os obxectivos anteriormente expostos trataranse de levar a cabo a través do traballo dos seguintes contidos:

- Normas básicas de grupo (respectar a quenda de palabra, manter unha postura corporal axeitada ao contexto concreto, respectar e compartir o material, fomentar o uso de normas de cortesía, respectar as decisión adoptadas no grupo democraticamente, etc.).
- Comportamentos espontáneos e inaxeitados en determinados momentos.
- Habilidades sociais relacionadas coa comunicación non verbal.
- Fórmulas de cortesía.
- Utilización de normas de convivencia elementais entre os iguais.
- Diferenciación entre comportamentos voluntarios axeitados ou inaxeitados en determinados contextos sociais.
- Uso axeitado de habilidades fundamentais para facer amizades (encomiar e reforzar ós outros, poñerse no lugar do outro, cooperar e compartir, unirse ao xogo dos outros,...).
- Utilización da linguaxe oral como medio de comunicación.
- Expresión de sentimentos e emocións.
- Respecto polas normas básicas de convivencia para acadar unha axeitada interacción.
- Importancia da amizade.
- Valoración das habilidades conversacionais e de uso da linguaxe para poder expresar sentimentos e emocións.

Avaliación do programa.

Co obxectivo de valorar a consecución dos obxectivos expresados no programa realizarase unha avaliación do mesmo en tres momentos concretos:

- Avaliación inicial.- Cada titor, no momento de realizar a avaliación inicial xeral do alumnado do seu grupo ao comezo de cada curso, entre outros aspectos tratará de avaliar aspectos significativos relacionados coas habilidades sociais para, deste xeito, poder detectar os puntos fortes e febles que o alumnado do grupo en cuestión ten en relación coas habilidades sociais. Cos datos extraídos desta avaliación formularemos obxectivos concretos a traballar que responderán ás necesidades máis importantes detectadas no grupo.
- Avaliación continua e formativa.- Durante a implantación do programa, e ao longo de todo o curso, farase unha avaliación do procedemento de aplicación do mesmo que nos permitirá ir adaptándoo ás necesidades que se vaian detectando, permitíndonos isto introducir as modificacións necesarias durante o proceso de posta en práctica.
- Avaliación final.- ao final do curso realizarase unha avaliación para comprobar o grao de consecución dos obxectivos inicialmente propostos. Esta avaliación servirá de referente e a ter en conta de cara a posta en práctica do programa nos próximos cursos.

Estratexias de avaliación.- Para a realización da avaliación do programa empregaranse as seguintes estratexias:

- Coordinación entre o profesorado que lle imparte clase ao grupo en cuestión para valorar o grao de consecución dos obxectivos propostos.
- Valoración das diferentes achegas que as familias poidan facer ao respecto.
- A avaliación basearase na observación directa do desenvolvemento do alumnado en diferentes situacións de interacción social, xa que é o procedemento máis válido para avaliar a xeneralización das aprendizaxes acadadas nas diferentes sesión de traballo e co emprego das diferentes técnicas de dinámicas de grupo.

- Empregaranse follas de seguimento e rexistros por parte do profesorado onde se irán anotando tanto os avances coma os retrocesos respecto ós obxectivos formulados.

Criteria de avaliación.- Os criterios de avaliación servirannos para saber en que grao se van cumprindo os obxectivos do programa, polo que unha vez traballado este programa valorarase se o alumnado destinatario é quen de:

- Coñecer e levar á práctica as normas básicas de grupo.
- Aplicar funcionalmente en situacións reais habilidades de interacción social (sorrir, saudar, normas de cortesía,...).
- Empregar habilidades conversacionais básicas (iniciar, manter e rematar conversacións, unirse a unha conversación cando esta xa comezou, respectar as opinións dos demais aínda cando estas non coincidan coas propias,...).
- Empregar habilidades relacionadas directamente cos sentimentos e emocións propios e alleos (expresar autoafirmacións positivas, expresar emocións, comprender as emocións expresadas polos demais,...).
- Participar en actividades grupais realizando interaccións positivas cos seus iguais.

Metodoloxía

Para levar a cabo a posta en funcionamento deste programa unha metodoloxía **activa e participativa**, na que o alumnado se sinta en todo momento membro partícipe das actividades desenvoltas na clase, sendo e sentíndose eles mesmos os protagonista da súa propia aprendizaxe (**aprendizaxe por descubrimento**).

Tratarase de seguir un método de traballo baseado nos principios de **individualización** da ensinanza (atendendo ás condicións e características individuais do alumnado), de **globalización** (abordando os obxectivos formulados de forma globalizada e interrelacionada nos diferentes momentos) e de **intuición** (partir e ter moi en conta a realidade vivida polo alumnado que os rodea) para deste xeito conseguir o obxectivo último de todo proceso de ensino-aprendizaxe: **aprendizaxe significativa e o máis funcional posible a través da cal sexan**

competentes no ámbito das relacións sociais. Por iso tratarase de que as actividades formuladas estean sempre presididas por un alto grao de realismo e funcionalidade de cara á vida cotiá, por ser este un dos obxectivos fundamentais e prioritarios a acadar con este programa. Para conseguir isto, tanto titora como demais mestres/as que traballen dito programa nos diferentes contextos, relacionarán todos os contidos abordados na aula co máis cotiá e próximo ao alumnado.

Do mesmo xeito concederáselle gran relevancia ao longo da implantación do programa ao principio básico de "**aprender a aprender**", é dicir, trataremos de que progresivamente o alumnado adquiera un nivel de autonomía social axeitado á súa idade, desenvolvendo estratexias e aplicando os recursos necesarios para enfrontarse ás situacións da vida cotiá dunha forma autónoma e persoal.

Asemade trataremos de que as actividades formuladas para lograr a consecución dos obxectivos propostos teñan un carácter o máis **lúdico** posible para que, lonxe de resultar laborioso enfrontarse a elas, supoña un incentivo para o alumnado. No eido da formulación e desenvolvemento de tarefas encomendadas, partiremos da premisa de facer actividades curtas e variadas, coas cales, ademais de atraer a súa atención, trataremos de que pouco a pouco vaia sentido atracción e gusto polo traballo diario escolar.

Por outra banda, como medida a ter moi en conta durante a implantación deste programa, trataranse de abordar os obxectivos dentro do currículo ordinario adaptándoos ao propio nivel en cuestión dun xeito interdisciplinar. Para conseguir isto dentro das programacións de aula diarias trataremos de introducir transversalmente obxectivos deste programa.

Favorecerase a xeneralización das aprendizaxes para que o adquirido no centro poida ser aplicado día a día en diferentes contextos da súa vida.

Reforzarase todos aqueles avances que o alumnado acade pois resultará proveitoso que ao alumnado se lle diga que está facendo ben as cousas.

Por último sinalar que unha metodoloxía que pode axudar ao traballo das habilidades sociais na aula é a que está baseada no **TRABALLO COLABORATIVO NAS AULAS, metodoloxía que nas diferentes aulas do centro se está poñendo en práctica.**

Recursos.

Posto que os obxectivos a traballar teñen un marcado carácter interdisciplinar, preténdese que este sexa pois un programa a abordar nos diferentes momentos da xornada educativa sendo implantado de forma transversal por parte de todo o profesorado do centro (titor e non titor), sempre que as circunstancias de cada momento llo permitan. Polo tanto, os recursos persoais serán os propios mestres do centro así como o alumnado destinatario e as familias destes (para darlle continuidade no ámbito familiar).

Ademais dos recursos humanos contarase cunha serie de recursos materiais para traballar na aula como:

- Diferentes xogos de mesa cos que se fomente a relación entre iguais (parchís, dominó, oca, tres en raia, xadrez,...).
- Diferentes xoguetes que simbolicen os obxectos da vida real para poder xogar a desenvolver roles, facer dramatizacións,...
- Xogos de mímica nos que teña que existir unha certa compenetración entre iguais.
- Diferentes programas de habilidades sociais existentes na rede. (ANEXO.- Programas de educación para la convivencia: Caderno de habilidades alternativas a la agresión; Caderno de educación en sentimentos; Caderno de habilidades sociais).
- Diferente bibliografía que poida resultar de interese para as habilidades sociais.

Temporalización.

A abordaxe dos obxectivos propostos no presente programa levarase a cabo ao longo de todo o curso e en todos os niveis educativos, integrándoos nas diferentes programacións de aula. Deste xeito, os mestres que impartan a un determinado grupo coordinaranse para adaptar e organizar o traballo dos obxectivos propostos en

diferentes momentos e materias ao longo do curso (sen solaparse), de tal xeito que ao final de cada curso escolar cada grupo de alumnos traballasen dalgún xeito os obxectivos propostos no programa.

Familias.

Para que os obxectivos formulados neste programa se xeneralicen e sexan funcionais no día a día do alumnado, deberán ter continuidade no contexto familiar polo que a familia xogará un papel fundamental na xeneralización dos obxectivos do formulados. Para concederlle funcionalidade e sentido ao programa será moi importante que a familia aproveite situación da vida cotiá que se producen nos diferentes fogares para poder traballar condutas que reforcen as habilidades sociais dos seus fillos/as. Para facilitar esta intervención propóñense, a modo de exemplo, as seguintes pautas de intervención para traballar algunhas habilidades sociais:

- Empregar a mirada axeitadamente.- A mirada é un indicador activo de escoita e ademais demostra que estamos prestando atención ás persoas coas que estamos interactuando. Algúns exemplos de situacións para traballar a mirada poderían ser:
 - Polas mañás, cando esperten ós fillos/as e lles dean os bos días, aínda cando o neno/a apenas teña os ollos abertos, sería conveniente que o primeiro que vira fose a mirada da persoa que o esperte.
 - Mirar ós ollos cando se lle faga calquera tipo de pregunta rutineira como: ¿que queres almorzar?, ¿que debuxos queres ver?, ¿que queres merendar?,...
 - Á saída da escola, cando manteñan o primeiro contacto co fillo/a e lle pregunten como pasaron a mañá, tratarase de facelo mirándose ós ollos.
 - Cada vez que lles pidan algo obrigarlle a que o fagan mirándose ós ollos.
 - Cando xoguen cos bonecos tratar de que o neno/a faga que os bonecos se miren ós ollos cando falan entre si.
- O uso do sorriso.- Cando as persoas nos relacionamos entre nós gústanos que a persoa coa que estas falando teña un rostro agradable, amable, próximo e

sorrinte. Ademais, o sorriso será unha estratexia social que estará moi presente noutras habilidades superiores. Algúns exemplos de situacións para traballar o sorriso no eido familiar poderían ser:

- Cando lle pidan un favor ou lles dean as grazas o fagan cun sorriso.
 - ao dicir bos días ou boas noites o fagan mirándolles ós ollos, falándolles cun ton normal e agasallándoos cun sorriso.
 - Cando se lles fale de algo positivo que fixeron, facelo sempre cun sorriso.
- A expresión facial.- O rostro das persoas é unha das partes do corpo máis expresivas, xa que a través del exprésanse as emocións, polo que resulta moi importante traballalo. Algúns exemplos de situacións para traballar a expresión facial no eido familiar poderían ser:
- Cando o pai e a nai constaten que o seu fillo se porta ben, deberán aproveitar esa situación para dirixirlle a súa atención empregando un rostro de ledicia mentres lle conta o que fixo. Do mesmo xeito empregárase unha expresión facial sería cando o seu comportamento non foi axeitado ou cando non queren facer algunha tarefa que se lle demande.
 - Cando o neno/a viva situación de pelexa ou conflito facerlle ver a cara de enfado que teñen as partes que discuten. Do mesmo xeito faráselle ver a cara de ledicia que poñen as persoas cando viven situacións agradables.
 - Sería unha boa actividade xogar a poñer caras diante dun espello amosando diferentes sentimentos para así poder ser máis conscientes das caras que poñemos en cada momento.

Por último sinalar que resulta fundamental que os pais sexan coñecedores tamén de certos aspectos ou técnicas que lle poden axudar a acadar os seus obxectivos no día a día. Algunhas desas técnicas que lles poden resultar útiles son:

- O reforzo positivo.- Trátase de reforzar a conduta que desexen que o seu fillo realice, pois cada vez que reforcen a conduta que desexan que o seu fillo realice é máis probable que a volva a reproducir e que a poña en práctica en diferentes contextos e situacións. Os reforzos poderán comezar sendo materiais pero



pouco a pouco, e conforme o neno/a vaia medrando, deberán ser máis de tipo socioemocional.

- O modelado.- Consiste en actuar como un modelo para os fillos/as xa que os pais son os modelos máis importantes para o neno, sendo o seu referente máis importante, polo que a súa competencia social debe ser un modelo válido para o neno/a. Para que un neno aprenda e interiorice unha determinada habilidade deben de comprobar que os propios pais tamén a realizan. Os pais non poden pretender que os fillos lles miren ós ollos si eles mesmos, cando falan, non lles dirixen tamén a mirada e lle prestan total atención.
- Práctica de tarefas cotiás.- Resulta fundamental a importancia de ter no eido familiar unhas normas claras e útiles e uns horarios que organicen a actividade cotiá, pois axudaranlle ós nenos a saber que teñen que facer en cada momento.
- Firmeza e acordo entre os proxenitores.- Os proxenitores deberán discutir os diferentes puntos de vista sobre aspectos conflitivos do día a día sempre en ausencia dos nenos/as, e decidir as regras que para ambos lles van ser máis doadas de cumprir. Deste xeito será fundamental actuar ante os fillos do mesmo xeito, sendo firmes nas súas decisións.

ANEXO III

Protocolo de acollida para novo alumnado

Protocolo de acollida para novo alumnado

1. INTRODUCCIÓN

A chegada de alumnado co curso iniciado ou a incorporación ao centro nun nivel educativo distinto a 4º de infantil son aspectos que deben ser tidos en conta pola escola, xa que implican un cambio a nivel escolar e emocional para nenas/os de entre 3 e 12 anos, coas connotacións que leva consigo.

É unha obriga facilitar a incorporación tanto ao alumnado como á propia familia, intentando que sexa o menos traumática posible, xa que a transición a un novo entorno escolar pode ser emocionante pero tamén desafiante. Por iso, é fundamental que o noso proceso de recepción estea deseñado para asegurar que cada neno e nena se sinta valorado, seguro e preparado para embarcarse na súa viaxe educativa con confianza, buscando unha integración real na escola.

O noso protocolo de acollida foi elaborado para garantir que o proceso de incorporación sexa o máis suave e acolledor posible. Desde o momento en que unha familia mostra interese en unirse á nosa comunidade escolar, comprometémonos a proporcionarlles o apoio e a orientación necesarios para facilitar unha boa transición. Cremos que esta primeira impresión é crucial para establecer unha base sólida para a relación de colaboración entre o fogar e a escola, que é esencial para o éxito académico e emocional dos nosos alumnos e alumnas.

Neste documento, presentamos o noso protocolo detallado para a recepción de novo alumnado no CEIP San Tomé. Desde a comunicación inicial até o seguimento posterior á recepción, cada paso foi deseñado co obxectivo de proporcionar unha experiencia de benvida personalizada e significativa para cada familia e cada neno e nena que se une á nosa comunidade escolar.

A través deste protocolo, reafirmamos o noso compromiso de crear un ambiente inclusivo, solidario e enriquecedor onde cada alumno e alumna teña a oportunidade de alcanzar o seu máximo potencial. Esperamos que este protocolo sirva como unha guía integral para todos os membros do noso equipo escolar, asegurando que cada novo membro se sinta parte da familia desde o primeiro día.

Para rematar, debemos ter en conta que en moitas ocasións estas incorporacións son de alumnado que procede do estranxeiro, o que supón un extra no esforzo que debemos levar a cabo, debido ás diferenzas que soe haber tanto a nivel cultural como entre os sistemas educativos.

2. OBXECTIVOS

O seguinte documento ten por obxectivo principal aportar a cada membro da comunidade educativa a súa responsabilidade e as actuacións que debe levar a cabo cando unha nova alumna/o chega á escola, tanto en admisión extraordinaria como en ordinaria nun nivel distinto a 4º de educación infantil.

Outros obxectivos son:

3. **Establecer un proceso organizado** e acolledor para recibir ao novo alumnado.
4. **Proporcionar información clara** e detallada ás familias e ao alumnado novo en cada etapa do proceso.
5. **Capacitar ao persoal de recepción** para asegurar unha transición suave e efectiva.
6. **Fomentar a participación activa do alumnado** en actividades de orientación e visitas guiadas.
7. **Brindar apoio emocional** e práctico ás familias e ao alumnado durante o proceso de adaptación.
8. **Avaliar regularmente o proceso** de recepción para realizar melloras e axustes segundo sexa necesario

3. PLAN DE ACTUACIÓN

Accións previas á chegada da alumna/o		
Trámite	Responsable	Acción
Solicitude de admisión	Administrativa/o	Facilitar impresos: <ul style="list-style-type: none"> Anexo III e Anexo III (bis).
		Informar sobre a documentación necesaria: <ul style="list-style-type: none"> Certificado de empadramento. Documento acreditativo de idade e filiación. Certificado de matrícula (no caso de proceder doutro centro galego).
Informar á familia	Director/a	<ul style="list-style-type: none"> Explicación xeral do proceso á familia: <ul style="list-style-type: none"> Matrícula cando autorice inspección. Entrega de información xeral do centro e aplicación abalar. Concertar cita co titor/a
Autorización da Inspección	Administrativa/o	<ul style="list-style-type: none"> Escaneo de documentación e envío da mesma por correo electrónico.
Matrícula	Administrativa/o	Entrega de impresos: <ul style="list-style-type: none"> Formulario de matrícula Autorizacións Axuda para material
		<ul style="list-style-type: none"> Tramitar a alta en Xade Solicitude de documentación ao centro de procedencia
Asignación de aula	Director/a	<ul style="list-style-type: none"> Asegurar que ten mobiliario na aula.
Comunicación ao profesorado	Xefa/e de estudos	<ul style="list-style-type: none"> Informar ao titor/a da matrícula dun alumno/a novo. Comunicar aos especialistas a matrícula nova.

		<ul style="list-style-type: none"> • Informar ao DO da chegada de alumnado.
Contacto coa familia	Titor/a	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega de lista de material • Concretar día e hora para titoría
Chegada e recepción do alumnado		
Trámite	Responsable	Acción
Acollida	Titor/a	<ul style="list-style-type: none"> • Recepción con antelación da alumna/o. • Asignación de compañeira/s acompañante/s. • Presentación do profesorado especialista.
Integración na escola	Compañeira/o designado	<ul style="list-style-type: none"> • Ensinar o colexio e zonas comúns. • Explicación do horario. • Acompañamento no recreo • Informar sobre dificultades atopadas. • Detectar problemas de comunicación.
Entrevista coa familia	Titor/a	<ul style="list-style-type: none"> • Coñecemento da alumna/o e información xeral. • Posibles necesidades da alumna/o. • Explicación de dinámicas de centro. • Recollidas do alumnado. • Xustificación de faltas.
Recepción do expediente	Xefa/e de estudos e titor/a	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura e análise do expediente • Traslado ao departamento de orientación das necesidades detectadas
Adopción de medidas de atención á diversidade (de ser necesario)	Departamento de orientación	<ul style="list-style-type: none"> • Entrevista coa familia • Valoración de medidas de atención á diversidade

4. PLAN DE ACTUACIÓN COS ALUMNOS QUE PROVEÑEN DOUTROS PAÍSES

Consideracións Iniciais:

O alumnado inmigrante, moi diverso, atópase en situación de desvantaxe por ter que iniciar unha nova vida nun contexto social, cultural e educativo descoñecido, frecuentemente inmerso nunha situación familiar desestruturada ou con dificultades económicas, a maioría das veces sen dominar a lingua vehicular da escola e, a miúdo, con desfacementos curriculares.

Por iso resulta necesario prestar atención ás súas necesidades educativas para que poidan:

- Sentirse integrados como outro membro calquera da comunidade educativa.
- Conseguir unha competencia curricular axeitada.
- Familiarizarse coa nova cultura sen perder a propia.
 - Recibir unha atención adecuada á súa situación curricular e implicar á familia na súa escolarización.

A resposta que queremos dar a estas situacións require unha análise detallada da situación específica que se nos presente no centro, o que nos permitirá adoptar as medidas organizativas e curriculares oportunas, considerando que os inmigrantes non son un grupo separado, senón un factor máis que enriquece a diversidade do centro.

Actuacións Específicas:

a) Recibimento do alumno e a súa familia.

Responsables: Equipo Directivo, Orientador.

A maiores do establecido no plan de actuación no apartado anterior, pediráselles información sobre o historial académico do seu fillo e explicaráselles as medidas de atención á diversidade e adaptación ao currículo que poderían empregar no caso de ser necesario.

Se a familia non domina o castelán buscarase unha forma de manter unha comunicación o máis fluída posible, preferentemente con medios persoais e, de non ser posible, empregaranse ferramentas dixitais.

b) Incorporación do alumno ao Centro.

- Avaliación inicial:
- Responsables: Titor/a e Orientador.

Durante as primeiras xornadas realizarase unha avaliación inicial co fin de coñecer cal é o seu grao de coñecemento do idioma e o seu nivel de competencia curricular. Esta avaliación será



realizada polo titor/a en colaboración co orientador/a e dos resultados da mesma adoptaranse as medidas de atención á diversidade que sexan necesarias.

- Acollida do alumno na aula.
- Responsable: titor/a

O día da súa incorporación, o titor/a presentará o alumno ao grupo. Facilitarase o nome, o país de procedencia e outros datos de interese que se consideren oportunos. Tanto o titor como os compañeiros esforzaránse por pronunciar ben o seu nome desde o primeiro momento.

Tamén será presentado ao resto do equipo docente.

Asignaráselle o compañeiro-titor como establece o plan de actuación.

PROTOCOLO DE ACOLLIDA PARA NOVO ALUMNADO

EQUIPO DIRECTIVO / ADMINISTRACIÓN

DIRECTOR/A

- * **Explicación** xeral do proceso **á familia**.
- * Entrega de **información xeral do centro** e aplicación abalar.
- * **Concertar cita** co titor/a
- * Asegurar que ten **mobiliario** na aula.

ADMINISTRATIVA/O

- * **Entrega de documentación** de admisión e matrícula e autorizacións.
- * **Envío de documentación** a Inspección.
- * Dar de **alta en Xade** ao alumno/a.

XEFA/E DE ESTUDOS

- * **Informar ao titor/a** da matrícula dun alumno/a novo.
- * **Comunicar aos especialistas** a matrícula nova.
- * **Informar ao DO** da chegada de alumnado.

- * Análise do expediente
- * Comunicación ao titor/a

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

- * Valoración de medidas de atención á diversidade.

TITOR/A

- * Titoría coa familia

- * Entregar listaxe de material e horario.
- * Explicación do proceso de avaliación.

- * Recepción o primeiro día con antelación na entrada.
- * Presentación do profesorado especialista
- * Designar compañeiro/s para acompañar na acollida.

COMPAÑEIRA/O ASIGNADO

- * Ensinar o colexio e zonas comúns.
- * Explicación do horario.
- * Acompañamento no recreo
- * Informar sobre dificultades atopadas.
- * Detectar problemas de comunicación

- * Titoría coa familia

ANEXO IV

Protocolo de acollida para novo profesorado

PROTOCOLO DE ACOLLIDA PARA PROFESORADO SUBSTITUTO

1. Introducción

Este documento serve como guía e referencia para a recepción e integración do profesorado substituto no CEIP San Tomé. O noso obxectivo é asegurar que cada novo membro do noso corpo docente teña unha chegada suave e se sinta ben acollido na nosa comunidade escolar. Neste protocolo, describiremos os procedementos de chegada, políticas e procedementos da escola, recursos dispoñibles, expectativas de colaboración e comunicación, entre outros aspectos importantes para unha experiencia positiva. A través deste documento, buscamos facilitar unha transición eficiente e garantir que cada membro do profesorado substituto estea ben informado e equipado para contribuír ao noso ambiente de ensino enriquecedor. Con isto esperamos colaborar de forma construtiva para o benestar dos nosos estudantes, xa que unha boa acollida da mestra/e facilitará que isto suceda.

2. Obxectivos

- a) Facilitar unha chegada suave e ben organizada para o profesorado substituto no CEIP San Tomé.
- b) Proporcionar información clara e detallada sobre as políticas, procedementos e expectativas da escola para o novo profesorado substituto.
- c) Orientar o profesorado substituto sobre os recursos dispoñibles na escola e os apoios dispoñibles para axudar na súa integración e desempeño.
- d) Establecer canles efectivas de comunicación entre o novo profesorado substituto, o persoal docente e administrativo, para fomentar a colaboración e o intercambio de información.
- e) Promover un ambiente de traballo positivo e colaborativo no que o profesorado substituto se sinta valorado e apoiado durante a súa estadía na escola.

3. Desenvolvemento do plan

TRÁMITE	RESPONSABLE	ACCIÓN
TOMA DE POSESIÓN	DIRECTOR/A	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar toma de posesión en persoalcentros <ul style="list-style-type: none"> ◦ Confirmar a toma de posesión no apartado 4.2 • Imprimir documentos <ul style="list-style-type: none"> ◦ Xerar no apartado 4.3 (Listaxes administrativas) os documentos anteriormente citados
	ADMINISTRATIVA/O	<ul style="list-style-type: none"> • Envío a persoalprimaria da declaración xurada.
ALTA EN XADE	ADMINISTRATIVA/O	<ul style="list-style-type: none"> • Dar de alta ao mestre/a en Xade: <ul style="list-style-type: none"> ◦ En mantemento/usuarios e perfís: engadir ◦ En xestión profesorado/datos profesionais/Servizo activo no centro: activar "realizou ou realiza servizo activo no centro" ◦ Asignar o horario do mestre titular en xestión do profesorado/horarios (copiar horarios e traspasar funcións)
INFORMACIÓN XERAL	DIRECTOR	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega do modelo de acollida coa información básica (datos do centro, horario do mestre, do grupo, aspectos máis destacados a ter en conta) • Ensinar e mostrar as dependencias do centro. • Explicación do funcionamento da alarma e fotocopiadoras. • Información sobre o plan de autoprotección. • Alumnado en alerta escolar. • Informar sobre as posibles rutas que pode seguir o mestre/a substituto/a • Informar sobre as posibilidades de alugueiro

		que hai na poboación.
INFORMACIÓN ACADÉMICA	XEFA/E DE ESTUDOS	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega de listaxe de grupo, horarios e quendas de recreo e biblio. • Explicación xeral das liñas metodolóxicas e concreción curricular do centro.
PRESENTACIÓN	XEFA/E DE ESTUDOS	<ul style="list-style-type: none"> • Presentar ao compañeiro/a de nivel ou especialidade. • Informar ao claustro da chegada dun novo compañeiro/a.
INFORMACIÓN ESPECÍFICA	COMPAÑEIRA/O DE NIVEL OU ESPECIALIDADE	<ul style="list-style-type: none"> • Explicación do funcionamento do nivel e ciclo. • Información sobre as programacións de nivel. • Compartir material de traballo diario e probas de avaliación. • Presentación do resto de compañeiras/os de ciclo. • Aspectos concretos sobre o plan de autoprotección.
	ORIENTADOR/A	<ul style="list-style-type: none"> • Informar sobre o ACNEAE ao que lle vai impartir docencia. • Medidas de atención á diversidade a adoptar
DESPEDIDA	SECRETARIA E COMPAÑEIRA/O DE NIVEL OU ESPECIALIDADE	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar a enquisa para profesorado substituto e/ou interino. • Entrega de agasallo de despedida.

PROTOCOLO DE ACOLLIDA PARA NOVO PROFESORADO

EQUIPO DIRECTIVO / ADMINISTRACIÓN

DIRECTOR/A

- * Entrega de información xeral do centro.
- * Ensinar o centro e espazos comúns e funcionamento de fotocopiadoras.
- * Facilitar información sobre alugueiros e rutas ao colexio.

ADMINISTRATIVA/O

- * Entrega de documentación de toma de posesión.
- * Enviar toma de posesión a persoal primaria.
- * Dar de alta en Xade

XEFA/E DE ESTUDOS

- * Entrega de listaxe de grupo, horarios e quendas de recreo e biblio.
- * Presentar ao compañeiro/a de nivel ou especialidade.
- * Informar ao claustro da chegada dun novo compañeiro/a.

COMPAÑEIRO/A DE NIVEL

- * Explicación do funcionamento do nivel e ciclo.
- * Información sobre as programacións de nivel.
- * Compartir material de traballo diario e probas de avaliación.

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

- * Informar sobre o ACNEAE ao que lle vai impartir docencia.
- * Medidas de atención á diversidade a adoptar

ANEXO V

Protocolo de actuación para nenas/os con pais separados

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE SEPARACIÓN DE PAIS

É unha realidade que o número de alumnado que ten unha situación de separación entre os seus proxenitores é cada vez máis elevada. Esta circunstancia pode xerarse antes da entrada na escola ou pode producirse durante algún momento da escolarización. En calquera dos dous casos a escola ten que ofrecer unha resposta para que este feito, xa de por si incómodo, inflúa negativamente o menos posible aos afectados.

ACTUACIÓNS XERAIS NO CASO DE SEPARACIÓN DOS PROXENITORES:

- **Expediente / sentencias:**

- Os proxenitores deberán aportar a información actualizada sobre a situación legal (sentenza, convenio regulador) para que dispoñamos da información necesaria para levar a cabo o noso traballo e que quedará arquivada no expediente da alumna/o.
 - Patria potestade
 - Custodia /réxime de visitas
 - Persoas autorizadas para a recollida.
 - Existencia de persoa designada para asuntos académicos.
- Cando se produza unha actualización, esta será comunicada ao equipo directivo para que o expediente quede revisado e posteriormente informe á titora.
- O centro garante a confidencialidade desta información, sendo compartida unicamente cos profesionais afectados por esta situación.

- **Comunicacións:**

- Sempre e cando a sentenza non indique o contrario, as comunicacións da escola entregaranse por duplicado para que cheguen aos dous proxenitores. Neste sentido, a aplicación Abalarmóbil simplifica moito este trámite, pois as comunicacións chegan aos dous por igual, así como as cualificacións.
- En caso de accidente ou enfermidade, o Centro Educativo debe contactar con ambos proxenitores para poñer no seu coñecemento o que sucedese. En primeiro lugar avisarase ao proxenitor que lle corresponda ese día segundo o convenio regulador ou sentenza.

- **Titorías / reunións académicas:**

- Os dous proxenitores poderán solicitar citas de titoría, tanto de forma conxunta como por separado, tendo dereito a recibir a mesma información.
- No caso de que sexa o centro o que solicite esa reunión académica e sempre e cando a sentenza non indique que soamente un dos dous proxenitores ten que

levar a cabo os trámites co colexio, convocarase ás dúas partes á reunión. Se non é posible que sexa de forma conxunta, realizaranse dúas reunións.

- **Autorizacións:**

- Cando sexa necesario pedir autorizacións para saídas do colexio, excursións ou para a publicación de imaxes, o Centro debe saber a cal dos proxenitores debe pedila, se é suficiente con pedir o consentimento a un deles ou se son ambos quen ten que dalo.

- **Recollida da nena/o:**

- Sobre a recollida do menor no colexio ao acabar a xornada escolar e salvo que haxa resolución xudicial en contra, o proxenitor que teña que recoller aos fillos pode delegar noutra persoa a recollida.
- Para evitar problemas, é conveniente facilitar ao Centro unha lista de persoas autorizadas para recollelos (avós, tíos, veciños).

- **Informes e certificados:**

- Os proxenitores poderán solicitar un informe psicopedagóxico da súa filla/o (cunha semana de antelación para que o Departamento de Orientación e o profesorado que imparte docencia á alumna/o poidan elaboralo de forma coordinada)
- En canto a outro tipo de informes ou certificados, o centro unicamente elaborará documentos nos que se certifique unha entrega de cartos (pago de material, saídas) ou a asistencia a unha reunión ou titoría. Non se elaborarán outro tipo de informes a demanda de carácter xeral a non ser que o demande un xuíz ou un servizo da Xunta de Galicia, xa que en ocasións, búscanse escritos para tratar de obter beneficios en xuízos ou prexudicar ao outro proxenitor.

ACTUACIÓNS A LEVAR A CABO NO CASO DE PRODUCIRSE UNHA NOVA SEPARACIÓN NO TRANCURSO DO ESCOLARIZACIÓN DA ALUMNA/O:

Os puntos explicados anteriormente teñen plena vixencia neste apartado, se ben aquí imos afondar un pouco máis na parte emocional da alumna/o.

Unha separación supón un cambio no día a día do alumnado afectado que pode ter consecuencias a nivel emocional. Estas consecuencias poden aumentar exponencialmente no caso de que a separación sexa traumática e os proxenitores mostren discrepancias serias entre eles.

Se os proxenitores o desexan, poden solicitar que o centro escolar adopte medidas a nivel educativo para axudar ao seu fillo/a a xestionar mellor a situación. Debemos aclarar que non somos psicólogos, polo que a nosa actuación non substitúe en ningún caso a intervención profesional.

As medidas son:

- **Recomendacións lectoras e/o audiovisuais** que axuden a comprender a situación.
- **Asesoramento por parte do orientador** da escola, con reunións coa nena/o para xestionar as emocións, reflexionar sobre o sucedido e ferramentas para o control.
- **Derivación a profesionais específicos** en caso de que a alumna/o presente un estado que non sexa capaz de xestionar.

ANEXO VI

Protocolo para a atención do loito na escola

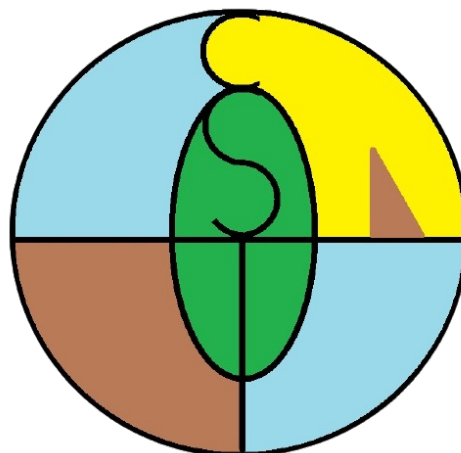


CEIP SAN TOMÉ

PROTOCOLO DÓ E LOITO

2024

CEIP SAN TOMÉ



PRESENTACIÓN

A morte e o dó son parte do proceso da vida, da relación con outras persoas, compañeiros, amigos ou familiares, e por tanto, será unha situación que nalgún momento da nosa maduración como persoas teremos que afrontar, aceptar e xestionar da mellor maneira posible.

Como adultos, tamén é probable que nalgún momento teñamos que apoiar aos máis novos a pasar por ese proceso de dó, explicándolles, acompañándoos e mesmo guiándoos nese difícil proceso.

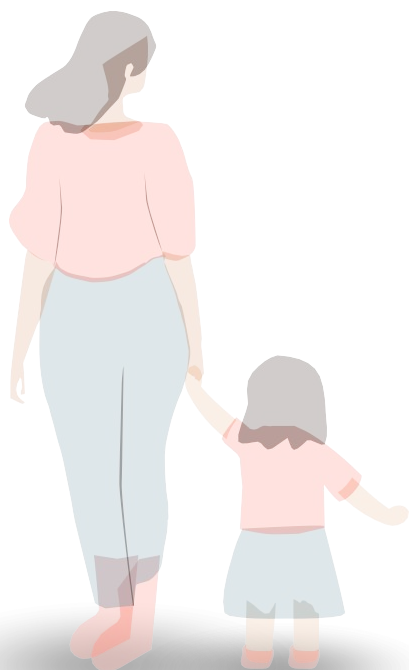
Esta guía créase como un documento de apoio para toda a comunidade educativa, co fin de axudar a todas as persoas que traballan e conviven con nenos, nenas e adolescentes, a abordar con eles aquelas situacións de morte dun ser querido, familiar ou persoa cun vínculo afectivo.

E é que, a realidade da morte é unha das situacións críticas ás que se teñen que enfrontar os colexios, e o proceso de dó que segue afecta o ámbito persoal e familiar, pero tamén ten a súa repercusión no contexto educativo, onde as nenas e os nenos desenvolven parte importante da súa vida no seu día a día.

Por iso, parece importante contar cunhas pautas de actuación no colexio, para acompañar aos alumnos no dó, pero tamén cunhas liñas "preventivas", relacionadas coa educación e comprensión da morte de forma adaptada á idade de cada neno e nena.

Sabemos que non son temas sinxelos nin agradables, pero non podemos nin debemos ignoralos nin eludilos, xa que forman parte do proceso de formación integral de nenos e nenas.

Esperamos que esta guía poida axudar aos educadores neste proceso de acompañamento e formación, e contribuír a que o centro sexa un dos piares nos que os estudantes poidan apoiarse para superar as situacións difíciles que lles toque vivir.



ÍNDICE

Que é o dó.	3
1. Crenzas erróneas en torno ao dó.	4
2. Conceptos clave para explicar a morte ás nenas/os.	6
3. O dó na infancia e a adolescencia.	8
a. Preescolares.	
b. Idade escolar.	
c. Preadolescentes.	
d. Adolescentes.	
4. Aspectos que facilitan e dificultan a comprensión da morte segundo as distintas etapas do desenvolvemento do neno.	16
5. Comunicación.	18
6. O proceso de dó. Fases e tarefas.	21
7. Casos concretos.	25
a. Dó anticipatorio: enfermidades avanzadas.	
b. Dó en caso de suicidio.	
c. Dó en caso de accidentes.	
d. Dó por morte violenta.	
e. Dó por morte perinatal.	
f. Dó colectivo.	
g. Protocolo ante o falecemento dun membro da comunidade educativa. Suxestións.	
h. Dós patolóxicos.	
8. O papel dos docentes.	35
a. Principios pedagóxicos.	
b. Pautas de intervención.	
c. Intervención nos primeiros días.	
d. Titoría e técnicas grupais.	
9. A aula: accións específicas.	41
10. Recursos útiles para os docentes.	47
11. Plan de actuación do centro.	57
12. Protocolo para a atención do loito na escola.	58
13. Bibliografía.	59

1. QUE É O DÓ?

O dó é a reacción normal e necesaria ante a perda.

O dó é o proceso de *asimilar e integrar na propia existencia a perda de alguén significativo da miña vida na miña propia vida*. Por tanto, o dó expresa unha reacción natural e adaptativa ante a perda que obriga á persoa afectada a refacer a súa vida desde unha perspectiva diferente.

É un proceso. O dó elabórase no tempo e necesita o seu tempo. E non hai un tempo exacto para cada dó nin para cada persoa. Nese tempo hai que asimilar o ocorrido, deixarse afectar, tomar pequenas decisións.

É normal. O dó é unha reacción adaptativa do organismo ante unha situación de perda que produce enormes danos interiores. Non é estraño que a rabia, a tristeza e a desazón aparezan no proceso do dó; forma parte do mesmo proceso. Non é unha enfermidade e ao doente non lle está pasando nada malo por manifestar esas reaccións tras unha perda. É preferible que haxa reaccións a que o doente se mostre impasible, coma se non ocorrese nada.

É persoal. Cada dó é único. E cada persoa fai unha experiencia moi particular da morte que lle afecta; cada neno elaborará a súa propia experiencia de dó ao seu modo. E cada un elaborará o seu repregamento interior e trazará o seu despregamento e reaxuste persoal e interpersoal dunha forma moi particular.

Como veremos máis adiante, en liñas xerais, as fases de elaboración do dó son as mesmas, pero a vivencia e o tipo de acompañamento non é igual en todos os casos ou situacións e é variable en función de cada persoa.

É un proceso dinámico e activo. Que sexa un proceso implica que é algo dinámico, que está suxeito a variacións, e activo, que nos permite exercer certo control sobre o mesmo. É dicir, hai cousas que as persoas podemos facer durante este proceso.

Se fose estático, limitariámosmos a esperar e pasaríase sen máis, pero hai altibaixos, idas e vindas, en resumo, non é un proceso lineal.

Implica un traballo persoal. Non é un proceso que veña dado trala morte, senón que require dun traballo e unha elaboración persoal que implica a realización dunha serie de tarefas: *Aceptar a realidade da morte*: asumir que a persoa falecida non vai vivir máis, que non a imos a ver, que non vai volver.

Traballar as emocións asociadas á perda: ira, enfado, tristeza, alivio,..., e todas aquelas emocións que se experimentan trala perda dun ser querido.

Aprender a vivir coa ausencia: a perda dun ser querido adoita implicar cambios no día a día que teremos que ir asumindo e incorporando na nosa vida.

Recolocar emocionalmente ao falecido e seguir vivindo: chegar a alcanzar o punto de equilibrio emocional ao xerar un recordo do falecido que non sexa doloroso, e ao que podamos acudir nun estado de calma.

2. CRENZAS ERRÓNEAS EN TORNO AO DÓ

É habitual tratar de protexer ás nenas/os ante o dó.

Cremos que protexéndoos da morte aforrámoslles sufrimento, pero é todo o contrario: apartámoslos dun evento fundamental nas súas vidas e é imposible evitarlles toda a dor.

De feito, se os nenos/as crecen sen expoñerse ao sufrimento, serán máis propensos á frustración e non desenvolverán as habilidades necesarias para afrontar eventos aos que seguramente deberán enfrontarse cando alcancen a idade adulta.

Os temores que experimentamos os adultos ante as situacións de dó, fan que en ocasións elixamos ocultar ou calar.

Apoiámonos no posible impacto ou na dificultade que cremos que teñen os nenos/as para entender a morte dun ser querido, por iso acabamos dando explicacións erróneas que só van levar ao neno/a a unha confusión maior, a cal, unida á dor da experiencia, pode xerar complicacións e quizá un dó patolóxico que necesite de intervención.

Por todo isto, é moi importante aprender a comunicarnos cos mozos nestas situacións de dó, e vencer as principais crenzas erróneas que temos ao redor da morte e ás nenas/os. Vexamos algunhas delas.

“O neno/a non entende o que está a vivir”

Na nosa necesidade de protexernos das emocións e os sentimentos dos nenos/as, os adultos tendemos a crer que os menores non son conscientes do que viven, que non perciben os detalles ou que non entenden o que está a suceder.

Desde hai moito tempo sabemos que isto non é así: os nenos e as nenas, independentemente da súa idade ou da súa madurez cognitiva, son capaces de darse conta, como mínimo, de que algo cambiou na súa contorna. Así que tras a morte dun ser querido, todas as nenas/os elaboran algún tipo de dó. Non podemos dicir que non perciban ou non sexan conscientes do que ocorre.

“Se ocultamos a dor serán máis felices. Hai que disimular”

Os adultos adoitamos angustiarnos ante un neno que sofre. Sentímonos moi impotentes, sen saber como manexar esa dor e esa angustia que, ademais, adoita coincidir coa nosa, xa que vai unida a esa perda pola que sofre o neno ou o adolescente.

Protexer a un neno da dor é unha arma de dobre fío: primeiro, porque é inevitable que nalgún momento vaia a vivir ou padecer dor, é imposible que nunca se enfronte a situacións complexas. Doutra banda, ao facelo desprotexemos ao menor, porque evitamos que desenvolva as habilidades necesarias para enfrontarse a esas situacións complicadas, dolorosas ou traumáticas que a vida poñerá no seu camiño.

Se afastamos aos menores da experiencia da morte, con frecuencia negámoslles a oportunidade de despedirse do falecido, o que ademais facilita a comprensión da morte e permite tomar conciencia de que esa persoa morreu e non a vai a ver máis.

É preferible acompañarlles nesa experiencia, facilitarlles as despedidas, a expresión emocional, un escape, a tratar de afastalos para que non vivan e sintan a dor ou teñan a posibilidade de sufrir.

2. CRENZAS ERRÓNEAS EN TORNO AO DÓ

“Os funerais e tanatorios poden traumatizar ao neno/a”

Esta idea está moi estendida, moitos adultos cren que se levan ao neno a un tanatorio, a un enterro ou a un funeral, van traumatizar ou van xerarlle un recordo moi doloroso, negativo ou indeleble que marcará toda a súa vida.

En realidade, para os menores pode chegar a ser beneficioso participar nos ritos funerarios, porque senten parte da familia a todos os niveis, participan do apoio social e, ademais empezan a recolocar ao falecido nas súas vidas a través do recordo, facendo real a perda. Participar nos ritos axuda a que a morte pase de ser algo ficticio que está na súa imaxinación a algo real que sucedeu e está aí.

É conveniente anticiparlles o que van ver, como vai ser a cerimonia e que é esperable que ocorra. Así reduciremos o impacto que poida xerarlles o feito de atoparse cousas novas que non viron antes ou reaccións e emocións doutras persoas.

“O dó dura aproximadamente un ano”

Cada dó é único porque cada persoa é única. Algunhas persoas poden pensar que pasado un determinado tempo da morte dun ser querido para un neno (un ano, un ano e medio) xa “todo pasou”, “xa está”. Certamente, non hai un tempo exacto para cada dó; dura o que cada persoa tarda en atravesalo. Pero, en xeral, os menores necesitan menos tempo que os adultos para elaborar o seu dó, porque a adaptación á súa vida sen a persoa querida adoita ser inmediata.

“O tempo cúrao todo”

Unha idea estendida entre os adultos é que as cousas van mellorar co tempo, que co transcurso dos meses o dó irase amortecendo e as emocións e sentimentos volverán á normalidade. Cremos que a medida que transcorren os días o normal é que o neno ou o adolescente vaian recuperando a normalidade e diminúa proporcionalmente o grao de afectación que supón o dó.

En realidade, o único que fai o paso do tempo é poñer distancia co feito da morte en si. O que axuda, ou “cura”, é aquilo que fagamos co tempo, as alternativas que proporcionemos ás nenas e aos nenos, a forma en que recuperen as súas rutinas, como recoloquen ao falecido nas súas vidas etc.

“Facer referencias á persoa falecida coma se esta seguise con vida, axuda ao neno no proceso de dó”

Cando lles dicimos aos menores en dó que un ser querido que morreu pode preocuparse ou poñerse triste, ou mesmo que non lle gustaría o que ve, estamos a facer varias cousas que non son reais e que poden confundir ao neno.

Ao contrario do que cremos, a idea de que os nosos actos afectan dalgunha maneira ao falecido, adoita xerarlle moito estrés e impide que se dean con naturalidade as súas expresións e comportamentos disruptivos, podendo enmascarar outros problemas asociados ao dó.

3. CONCEPTOS CLAVE PARA EXPLICAR A MORTE AOS NENOS E ÁS NENAS

Ao longo do seu proceso madurativo e de aprendizaxe, os menores desenvolven unha curiosidade extraordinaria por aprender e por coñecer todo o que lles rodea.

No caso da morte non é doutra maneira.

Pero de igual forma, os nenos e as nenas van aprendendo a interpretar as emocións, contestacións e reaccións dos adultos, especialmente dos seus pais, polo que, se perciben a dor ou a angustia dos adultos da súa contorna, poida que experimenten certas reticencias á hora de preguntar, ao entender que é un tema do que é mellor non falar ou que debe ser algo moi malo.

Pensamentos como, *"Mamá está moi triste e pon mala cara se pregunto, será que é algo moi malo do que non se pode falar"*, poden ser frecuentes, e levalos a non preguntar e a conformar as súas propias conclusións sobre o feito de morrer ou a morte a partir de datos soltos que viron ou oíron, e que eles van complementar coas súas fantasías ou ideas infantís. Por iso, os adultos, debemos estar dispoñibles e preparados para aceptar e responder da mellor forma posible a batería de preguntas acerca da morte que un menor poidan ter.

Estas preguntas varían en función da idade, podendo atopar algúns patróns segundo as distintas franxas de idade.

Entre os 3 e os 6 anos:

Preguntas concretas acerca de como son as cousas no lugar onde está a persoa falecida: *"vai frío no ceo?" "como respira?" "vai baixar do ceo para vir aos meus aniversarios?"*

Preguntas sobre o seu propio coidado e benestar: *"quen me vai a facer a comida?" "quen me vai a recoller na piscina os mércores?"*

Preguntas sobre se a morte pode afectar a outras persoas que lle rodean: *"vas morrer?" "a que idade morre un?" "o avó vai morrer?"*

Entre os 6 e os 9 anos:

Preguntas sobre o que lle ocorre ao corpo cando un morre: *"que lle pasa ao corpo cando o enterran?" "dóече estar morto?"*

Preguntas acerca da súa responsabilidade: *"se fago isto vaise a enfadar comigo?" "crees que se acorda de que me portei mal?"*

Preguntas sobre conceptos abstractos que non entenden: *"onde van as persoas cando morren?" "como é o ceo?"*

Entre os 9 e os 12 anos:

Preguntas sobre reaccións e emocións de maneira empática: *"estás triste?" "como podo consolar á avoa que está tan triste?"*

Preguntas sobre a realidade que se vai a atopar: *"podemos seguir pagando a casa?" "hai que vender a casa?" "quen vai coidarnos se che pasa algo?"*

Preadolescentes e adolescentes:

Preguntas moi similares ás dos adultos: *"como puido pasarnos isto?" "sufriu?"*

3. CONCEPTOS CLAVE PARA EXPLICAR A MORTE AOS NENOS E ÁS NENAS.

Para ir dando respostas a todas estas preguntas, hai unha serie de conceptos clave que debemos explicar aos nenos e ás nenas, e que lles axudarán moito a ir conformando a súa idea da morte e as súas respostas e reaccións ante situacións de dó.

Considéranse fundamentais os seguintes:

1. Irreversibilidade da morte.

É importante asegurarse de que o menor entendeu que a morte é definitiva e non reversible. Cando unha persoa falece, nunca máis a volveremos a ver, nin a falar, nin a xogar con ela. Só cando as rapazas e os rapaces asimilan o feito de que a morte é permanente e irreversible, poden avanzar na superación da dor e o dó.

Mentres o neno non comprenda isto, vai manter nunha constante espera, no plano da ilusión e a fantasía, o que lle dificultará recuperar a normalidade e as rutinas imprescindibles no seu día a día.

Esa espera provocaralle ira e frustración cara a ese adulto que non regresa, tentará accións que provoquen que o falecido volva xunto a el. para rifarlle, para celebrar, para felicitarlle,...

2. Universalidade da morte.

Os nenos e as nenas cren que aquilo que lles é próximo nunca vai deixar de existir, así como que as persoas ás que queren e que coidan deles sempre van estar ao seu lado.

Por iso é importante poder ir transmitíndolles a universalidade da morte dunha forma progresiva e adaptada á súa idade e á súa capacidade de comprensión das dimensións temporais.

Para non provocar a sensación de inmediatez nos nenos e nenas que non dominan as secuencias temporais, o ideal é que utilicemos o recurso da postergación, podendo explicarlles que todas as persoas imos morrer nalgún momento, pero que, normalmente, ese momento será dentro de moito moito tempo.

O obxectivo é poder responder as súas dúbidas, que entenda que todo ser vivo vai morrer nalgún momento, pero que isto non lle xere angustia.

3. Causa biolóxica da morte.

Non é fácil explicar o fin das funcións vitais aos máis pequenos e que o entendan. En xeral, adoitan equiparar a morte a un soño, pensan que a morte é outro estado e que os mortos senten, ven, oen e experimentan cousas. Ese é o motivo polo que preguntan se os defuntos levan roupa, se se levaron as lentes para poder ver a televisión, preocúpanse porque o teléfono móbil segue encima da mesa etc.

O obxectivo é que os nenos e ás nenas entendan que, despois da morte, todas as funcións do corpo deixan de traballar, é dicir: cando as persoas falecen non ven, non oen, non senten, non falan, non sofren e non senten dor.

Ofrecer ao neno unha explicación onde lle contemos que o corazón da persoa falecida deixou de latexar, que estaba moi enfermo ou que o seu corpo deixou de funcionar, adoita ser suficiente para que as pequenas/os entendan as causas físicas da morte.

Debemos ter coidado co tipo de expresións e metáforas que usamos ao falar da morte cos nenos/as, así como coas interpretacións relixiosas ou espirituais dunha vida "máis aló", porque lonxe de facilitar a comprensión, engaden confusión, dificultan a súa interpretación e poden incrementar os seus medos.

4. O DÓ NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA

As etapas do proceso de dó que veremos máis adiante, considéranse xerais e compartidas por todas as persoas, pero é claro que a idade, o desenvolvemento emocional e o grao de comprensión da realidade, afectan de maneira desigual a cada individuo.

Existen *diversos factores que van condicionar o proceso de dó de forma diferencial en nenos/as e adolescentes*, entre eles destacamos os seguintes.

A idade.

A idade biolóxica e o proceso madurativo tanto a nivel cognitivo como emocional, será un dos factores crave nas distintas evolucións nos procesos de dó infantil e adolescente. Como é ben sabido polos docentes, hai diferenzas interindividuais moi significativas en individuos nados no mesmo ano, polo que, para poder entender ou xestionar un proceso de dó, poderemos atoparnos grandes diferenzas dentro dun mesmo curso ou aula.

O tipo de vínculo mantido coa persoa falecida.

O nivel de apego, mais ou menos central e intenso coa persoa falecida, será outro dos principais factores de influencia na xestión do dó.

Os recursos internos cos que conte o neno/adolescente.

O tipo de personalidade, a historia de vida e os sucesos relacionados coa morte que xa vivise con anterioridade, o tipo de educación e relación coa morte que se teña a nivel familiar etc., son factores que poden facilitar ou dificultar a resolución do proceso de dó.

Os recursos externos cos que conta a contorna do neno/adolescente.

Os nenos /as adoitan sentir certa indefensión, inseguridade e incerteza sobre o que vai suceder coa súa vida nas situacións de dó. Por iso é fundamental o nivel de apoio que poida recibir da súa contorna, tanto a nivel emocional como en todo o relacionado co mantemento dos seus coidados e rutinas diarias. Doutra banda, un exceso de sobreprotección non vai axudar ao neno, podendo causarlle distintos niveis de dependencia emocional respecto a outras persoas.

Doutra banda, haberá unha serie de *aspectos que axudarán aos nenos e ás nenas para enfocar o proceso de superación do dó*:

Toma de conciencia.

Como xa comentamos, aínda que pensemos o contrario, as crianzas perciben cambios e emocións cando sucede un falecemento e unha persoa desaparece da súa vida. Como adultos, debemos axudar ao neno para tomar conciencia do falecemento da forma máis acougada e equilibrada posible, para que poida comezar a xestionar a situación e a elaborar o seu proceso de dó.

Mantemento de rutinas e hábitos.

A morte dun ser querido dificilmente saca ao neno do seu dinamismo vital. A súa vida está ocupada por multitude de tarefas: escolares e extraescolares, ademais das que teñen que ver co xogo e o lecer. É importante que os nenos, nenas e adolescentes manteñan esa actividade diaria diversificada, mantéñanse as relacións sociais xa existentes, continúense coas actividades ás que estaba xa apuntado. Polo que respecta ao colexio, é necesario integrar canto antes ao neno e adolescente na dinámica xeral de toda a clase, fomentando a normalidade co resto dos seus compañeiros.

4. O DÓ NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA

A duración do dó.

Contrariamente ao que se poida pensar, o neno adoita elaborar o dó máis rapidamente que o adulto. Precisamente, a vida dos rapaces está suxeita a uns horarios e actividades que, como acabamos de ver, se se manteñen con normalidade, axudan a dixerir moito mellor unha realidade absolutamente devastadora. Por iso, manterse nos hábitos normais de cada día axuda para conectarse co seu aquí e o seu agora e reemprender canto antes a súa vida cotiá.

A expresión emocional.

As expresións emocionais son fundamentais no momento da perda e na elaboración do dó persoal. A expresión emocional dos infantes depende de que os adultos lles proporcionen espazo e lexitimen esas emocións. Probablemente, entre iguais, é difícil soste a intensidade da emoción acrecentada no tempo. En cambio, a presenza do adulto que acolle e acompaña é moi necesaria. Nestes casos, o labor do titor e dos profesores dun neno ou adolescente afectado é importante. Debe atopar no seu titor ou profesor de confianza un lugar onde expresar sen temor as súas emocións.

Teñamos en conta que a expresión emocional infantil tamén é distinta.

Canto máis pequenos, máis incapacidade para expresar con palabras as emocións que expresamos os adultos mediante a palabra. Ao neno hai que facilitarlle os seus medios corporais de expresión, comezando polo pranto sen máis, e aquelas mediacións que axudan a expresar emocións: debuxos, poemas, cancións, apoios visuais, xogos...

Vexamos, dun modo máis concreto, como interpretan o dó as nenas e os nenos en función da súa idade, e tamén que condutas e emocións podemos considerar como normais nun proceso de dó e cales nos poden indicar que algo non está a ir ben no mesmo.

a. Os preescolares: dos 3 aos 6 anos.

A esta idade conciben a morte como algo temporal e reversible. En ocasións cren que a persoa está a durmir, sumida nun soño, e pensan que pode espertar dese estado nalgún momento. Tamén cren que é reversible, que a persoa está nalgún lugar que escapa á súa comprensión, pero que pode volver. O normal é que a esta idade equiparen a morte a un soño ou viaxe.

É unha idade na que prima a fantasía e os menores non entenden que as funcións vitais básicas interrompéronse. Por tanto, pensan que a persoa falecida vive dalgún modo e pode comer, sentir frío ou calor, oír, falar, pensar e mirarnos desde onde se atope.

É unha etapa na que o egocentrismo domina a comprensión das cousas, por ese motivo cren que estas suceden ao seu antollo e están ligadas a eles.

No momento no que aparece a comprensión da universalidade, empezan a verbalizar o seu temor á propia morte e a das persoas da súa contorna, ou a súa preocupación acerca de se van estar coidados ou non.

4. O DÓ NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA

Que cousas son normais e cales debemos considerar signos de alarma:

O habitual é que, tras un falecemento, os nenos e as nenas destas idades manifesten:

- Confusión cos termos e os acontecementos, co concepto de morte.
- Condutas para comprobar a realidade da morte, como unha negativa para comer a ver se vén o falecido a alimentarlle, perrenchas que buscan que o defunto lle console, mal comportamento tratando de provocar a reacción do falecido,...
- Ansiedade de separación: vai custar moito separarse das persoas que queren ou das figuras de apego porque temen que se produzan outras mortes.
- Certa regresión nas súas condutas ou nos hábitos adquiridos: poden deixar de durmir sós, manifestan de novo problemas para o control dos seus esfínteres e piden axuda para facer cousas que antes facían eles sós.
- Pesadelos, soño interrompido e problemas ligados ao soño.
- Medos, en especial aqueles relacionados con outras perdas e con enfermidades.

Aquelas cousas que nos deben manter alerta ou que debemos considerar importantes son:

- Ansiedade de separación que non cesa, que produce incapacidade para reintegrarse ás actividades cotiás propias da súa idade.
- Medos incapacitantes, terror ante cousas cotiás que antes non lle xeraban esas reaccións.
- Pesadelos recorrentes que antes non se presentaban: o neno empeza a soñar con frecuencia cosas que lle aterran.
- Síntomas depresivos como apatía, tristeza profunda, negativa a iniciar actividades agradables.
- Negativa a comer, perda de peso significativa debido a que non desexa ser alimentado, come menos ou se mostra desganado.

Como lles axudamos?

- Respondendo as súas preguntas de maneira honesta.
- Garantíndolles o coidado, que nunca van quedar sós e desatendidos. Proporcionándolles seguridade nos distintos ambientes ou dificultades que vivan. Evitando metáforas que compliquen a explicación da morte.
- Usando unha linguaxe adecuada e sinxela para explicar os conceptos relacionados coa morte.
- Usando recursos para afianzar o entendemento da morte, como películas, contos, debuxos,...
- Utilizando exemplos da natureza que estean ao seu alcance. Falando da morte aínda que non sucedese.
- Dando apoio e apego ante condutas dependentes ou disruptivas que poidan aparecer. Falando e mostrando as nosas emocións e sentimentos.
- Axudando a recolocar ao falecido a través das experiencias e recordos vividos.

4. O DÓ NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA

b. Os escolares: dos 6 aos 10 anos.

Neste período, o concepto de morte achégase ao real. O esperable é que ao redor dos nove ou dez anos a noción da morte sexa completa, pero antes os menores poden manexar os conceptos con calidade e comezan a adquirir o significado da morte.

Ao redor desta idade empezan a distinguir a fantasía da realidade, e a comprender que os falecidos non poden ver nin oír nin sentir. A esta idade a morte deixa de ser temporal para ser definitiva; os menores aprenden que as persoas que morren non van volver, poden entender que non se trata dun soño nin dun estado temporal.

Nesta fase comprenden a irreversibilidade e universalidade da morte, polo que pode aparecer angustia ou medo, xa sexa pola propia morte ou pola de familiares próximos.

Que cousas son normais e cales debemos considerar signos de alarma:

O habitual é que nos atopemos con:

- Oscilacións na comprensión: nos primeiros anos desta etapa, os infantes poden non entender aspectos concretos e conceptos relacionados coa morte, mentres que ao final poden chegar a ter unha comprensión completa. Neste proceso é normal que poidan chegar a obcecarse cos conceptos que non comprenden.
- Temores e medo a que a morte lles sobreveña a eles ou a outros familiares: farán comprobacións do benestar doutros e mostrarán preocupación pola súa saúde.
- Preguntas sobre os pormenores e detalles da morte, que habitualmente se volven recorrentes.
- Preguntas sobre aspectos morbosos da morte.
- Emocións como o enfado e a confusión: están enfadados tanto coa morte, como coa persoa falecida que xa non lles vai a coidar.
- Negación da morte, manténdose nun mundo irreal, mantendo as súas condutas e emocións.
- Evitación a falar da morte.
- Mostras de enfado e agresividade tras a morte dun ser querido.
- Problemas de concentración e baixada do rendemento escolar.
- Condutas para comprobar a realidade da perda, como preguntar pola persoa falecida, querer acudir á súa casa para ver se está,...

Aquelas cousas que nos deben manter alerta ou que debemos considerar importantes son:

- Somatizacións que non cesan, dores repetidas sen causa médica.
- Problemas de ansiedade, con manifestacións como problemas para durmir, problemas de alimentación nerviosismo en actividades diarias,...
- Malhumor e agresividade constante que antes non estaba presente, mesmo agresións aos seus iguais.
- Síntomas depresivos mantidos no tempo, como problemas de soño, regresións, apatía, perda de interese por actividades que lle gustaban,...
- Baixada drástica da actividade.
- Incapacidade para reintegrarse ás actividades do día a día. Medos
- prolongados e impropios da súa idade.
- Ansiedade de separación por medo a máis mortes na súa contorna.

4. O DÓ NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA

Como lles axudamos?

- Debemos explicarlle as cousas e responder as súas preguntas. Evitar
- ocultar información, mentir ou edulcorar o falecemento.
- Integración, adaptada á súa idade e vontade, nos ritos funerarios ou de despedida. Garantir o
- mantemento das súas rutinas e actividades principais do día a día.
- Respetar as súas reaccións de dó e as súas emocións.
- Corrixir as condutas indesexables explicándolles o que pensamos que está a suceder. Facilitar
- actividades e espazos para o recordo do ser querido.
- Ofrecerlles información e explicacións previas á morte, para que poidan ir aos poucos manexándoa e anticipándoa.

c. Preadolescentes: dos 10 aos 12 anos.

A morte para os preadolescentes non é un misterio, comprenden todas as súas dimensións e compoñentes, entenden que os mortos non van volver e que non os verán máis. Por tanto, comprenden a irreversibilidade, saben que calquera pode morrer e que antes ou despois a morte chégalle a cada persoa, incluído eles, así que entenden a universalidade da mesma.

Os ritos funerarios tampouco supoñen un secreto para eles, entenden tanto o seu significado como o sentido de participar nos mesmos, así que o habitual é que soliciten participar neles. De feito, é moi importante que poidan formar parte das despedidas e dos rituais.

Entenden todas as dimensións da morte e as súas causas, así que son conscientes do impacto que xera a perda en terceiras persoas e neles mesmos. Ao ser conscientes deste impacto na súa contorna e da dor que causa o falecemento dun ser querido, é habitual que en ocasións utilicen este tema como "arma arreboladiza" para tentar manipular distintas situacións.

A esta idade son comúns as dúbidas relixiosas e o interese polo máis aló, os espíritos, a relixión, a alma, a resurrección, o ceo,..., e calquera cousa relacionada coas crenzas, aspectos espirituais ou transcendentais vai ser interpelada e cuestionada. Isto responde o intento do menor de buscar un significado e explicación estable ao fenómeno da morte.

O normal é que a idea da súa propia morte lles angustie, pero tamén é habitual que mostren certa reticencia para compartir esas fantasías e preocupacións cos adultos, o que complica o diálogo nestas idades.

Os sentimentos convértense en algo difícil de vivir, manifestar e afrontar. É unha etapa na que os nenos e as nenas son moi vulnerables e cren que as emocións poden ser unha mostra de debilidade. Temen ser diferentes ao resto e pasar a ser obxecto de burla ou a ser cuestionados polos seus sentimentos, así que é frecuente que tendan a ocultar ante os seus iguais as emocións asociadas ao dó, por temor a ser xulgados.

Que cousas son normais e cales debemos considerar signos de alarma.

É unha etapa na que debemos estar atentos ás reaccións e comportamentos do menor ante o dó.

- Dificultade para asumir a realidade da morte.
- Condutas de procura e comprobación da realidade: conversacións ficticias, escoitar música común, reler mensaxes, ...
- Reticencia a falar da perda.

4. O DÓ NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA

- ♦ Fantasiar sobre a propia morte. Primeiro momento no que poden aparecer de maneira consciente ideacións suicidas.
- ♦ Baixadas na capacidade de concentración e rendemento académico.
- ♦ Estados de tristeza ou certa desesperación, así como apatía ou desgana polos eventos sociais.
- ♦ Cambios conductuais para asumir responsabilidades ou roles que deixou a persoa falecida.
- ♦ Peche de comunicación e certo estado de introspección.

Aquelas cousas que nos deben manter alerta ou que debemos considerar importantes son:

En xeral, aquelas condutas propias do dó pero que non son adaptativas e que dificultan o funcionamento diario do neno.

- ♦ Incapacidade para reintegrarse na aula e na actividade diaria.
- ♦ Illamento social extremo elixido, ao sentirse distinto non quere xuntarse cos seus iguais por medo a non se entendido.
- ♦ Baixada significativa do rendemento académico, que pode traducirse en repetir curso ou ter suspensos recorrentes cando previamente o alumno non tiña problemas académicos.
- ♦ Somatizacións ou sintomatoloxía médica sen explicacións médicas ou físicas. Incapacidade para conciliar o soño ou mantelo.
- ♦ Illamento familiar e hermetismo.
- ♦ Tristeza extrema e persistente.
- ♦ Excesiva responsabilización de tarefas ou roles que non lle corresponden.

Adolescentes.

É unha etapa de moitos cambios e de inestabilidade a todos os niveis, tanto físico, como mental e emocional, polo que as situacións de dó poden ser moi convulsas, e poden aparecer reaccións de culpa ou remorso porque a relación co falecido non fose a mellor que puidesen ter.

Moitas das reaccións son similares ás que tería un adulto, coa diferenza de que o adolescente aínda non ten a bagaxe e desenvolvemento mental e emocional que pode ter unha persoa adulta.

Moitas veces, o adolescente rexeita falar cos adultos, síntese vulnerable e prefire compartir o seu mundo emocional cos seus amigos máis próximos. O único que conseguimos ao insistirle en que fale cos adultos da súa contorna é afastalo máis, polo que moitas veces, a mellor estratexia pode ser estar dispoñibles para falar cando eles estean preparados, realizando un proceso de escoita activa, en lugar de preguntas ou instrucións sobre como actuar ou que sentir.

Nesta etapa, o adolescente imaxina moitas veces como será o seu futuro e, tras un falecemento, é posible que se dea unha baixada nas súas expectativas que pode levarlle a condutas de risco, ao darse conta de que *"a vida é algo efémero"*.

4. O DÓ NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA

Que cousas son normais e cales debemos considerar signos de alarma.

As reaccións van ser moi parecidas ás dos adultos, con expresións cargada de emocións e pensamentos que van desde o realismo ata ideas tremendistas asociadas á morte.

O adolescente pode contemplar a súa propia morte e valorala como solución aos problemas que provoca a perda. É posible que sinta que a súa vida carece de sentido e que debe soportar unha dor moi grande. A ideación suicida pode aparecer de maneira recorrente, así como as verbalizacións de que a vida así non ten sentido para el.

Outra posibilidade é que os adolescentes manifesten unha actitude protectora cara aos membros da familia. Tenden a facerse cargo dos seus irmáns pequenos ou a ocultar a súa dor aos proxenitores. En certo xeito, buscan aliviar a situación pero quedándose eles desprotexidos, mentres tratan de non "engadir dor á dor".

É frecuente a desgana ou apatía, que deixen de apaixonarse por cousas que antes lles emocionaban. Pensan que a súa vida carece de sentido tras a perda e tentan buscar outras cousas que lles poidan entusiasmar, xa que as que coñecían ata entón empezan a perder interese.

Os adolescentes poden flutuar entre a procura de illamento ou, pola contra, estar rodeados de amigos nos que apoiarse e con quen compartir as súas emocións e pensamentos.

É normal que se mostren ansiosos e que trasladen as condutas de ansiedade a outras áreas vitais: que coman moito, que estean moi activos, que se mostren demasiado faladores, que teñan dificultades para conciliar o sono,... Con frecuencia experimentarán unha baixada no rendemento académico. A baixada académica adoita ser leve e poida que aquí o menor necesite certo apoio.

É moi habitual que os adolescentes queiran asumir roles do falecido ou asuman máis responsabilidades das que tiñan antes da perda. Ou, pola contra, pode ocorrer que se despreocupen de todo e móstrense máis irresponsables do que foran ata entón.

A adolescencia adoita coincidir co inicio da conduta probatoria. Os adolescentes empezan a ter ao seu primeiros contacto co alcol e o tabaco, tamén cos porros e a marihuana. O dó pode influírllle en ambas as direccións, xa sexa desenvolvendo un temor excesivo cara ás substancias nocivas ou mantendo unha conduta de consumo das mesmas que pode chegar ao abuso.

Aquelas cousas que nos deben manter alerta ou que debemos considerar importantes son:

- ♦ Irritabilidade extrema ou cambios de humor constantes que non cesan co paso do tempo ou coa normalización das rutinas.
- ♦ Baixada significativa do rendemento académico.
- ♦ Illamento extremo.
- ♦ Pensamentos negativos recorrentes sobre a morte. Sintomatoloxía depresiva.
- ♦ Ideación suicida.

4. O DÓ NA INFANCIA E NA ADOLESCENCIA

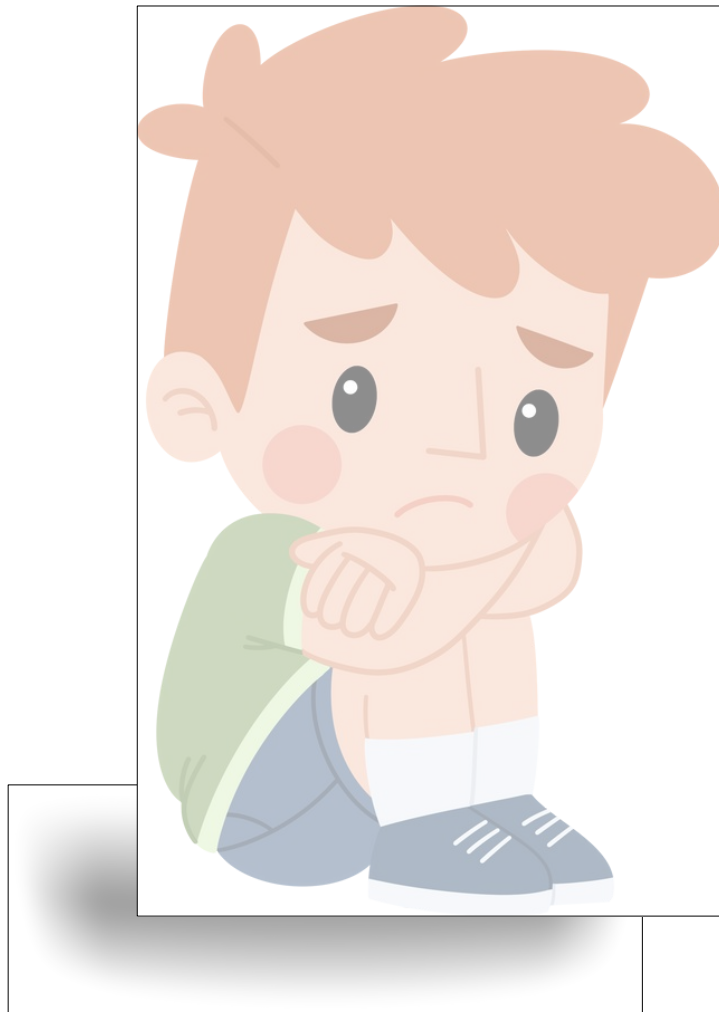
- Trastornos obsesivos, de ansiedad, de separación,... Agresividade ou impulsividade esaxerada.
- Consumo descontrolado de substancias como alcol ou drogas.
- Sensación de culpa que non cesa.
- Condutas de risco para a súa vida.

Como lles axudamos?

De forma moi similar ao dó adulto, debemos estar dispoñibles para dar apoio emocional aos adolescentes e preadolescentes.

Facer un exercicio de empatía ante as súas reaccións e condutas e axudarlles no proceso de elaboración do dó segundo as fases que veremos máis adiante.

Asumir que a xestión do dó do adolescente vai ser similar á dunha persoa adulta "en prácticas".



5. ASPECTOS QUE FACILITAN E DIFICULTAN A COMPRESIÓN DA MORTE SEGUNDO AS DISTINTAS ETAPAS DO DESENVOLVEMENTO DO NENO

Xa coñecemos como se vai conformando a idea da morte e o afrontamento do dó nas distintas idades da infancia e a adolescencia.

Vexamos agora, brevemente, que aspectos poden facilitar ou dificultar este proceso e que podemos poñer da nosa parte.

Dos 3 aos 6 anos

FACILITA

- Uso claro e adaptado da linguaxe, usaremos unha linguaxe real.
- Comprender a insensibilidade pos-mortem.
- Tranquilizar ante a posibilidade doutras mortes.
- Usar exemplos da natureza ou que coñezan.

DIFICULTA

- O uso de metáforas.
- Usar frases como "Está nun lugar mellor", "Dorme eternamente", "Venos sempre e cóidanos".
- Explicacións complexas e científicas.

Dos 6 aos 10 anos

FACILITA

- Entender todas as dimensións da morte.
- Explicar os rituais e deixarllles participar se así o desexan. Permitir as emocións.
- Responder á súa curiosidade.
- Prepararllles para o desenlace, se é posible. Valorar a súa opinión, ao redor dos 9 ó 10 anos.

DIFICULTA

- Non aclarar as fantasías ou teorías imaxinadas.
- Non explicarlle como son os rituais e o que vai ver ou atopar. Ocultar os detalles do falecemento.

Dos 10 aos 13 anos

FACILITA

- Ensinarllles a valorar os recordos. Compartir as nosas experiencias. Compartir as emocións e os sentimentos.
- Solicitar a súa axuda nos ritos de despedida.
- Normalizar as emocións.

DIFICULTA

- Usar frases que dificultan a súa expresión emocional. Atosígalos sobre o que lles pasa.
- Invadir a súa intimidade.

5. ASPECTOS QUE FACILITAN E DIFICULTAN A COMPRESIÓN DA MORTE SEGUNDO AS DISTINTAS ETAPAS DO DESENVOLVEMENTO DO NENO

Na adolescencia

FACILITA

- Sentirse parte activa de todo.
- Valorar a súa opinión.
- Corrixir con agarimo as súas expresións ou opinións "radicais".
- Falarlles da nosa experiencia.
- Evitar mensaxes de fortaleza ou responsabilidade.
- Minimizar os cambios

DIFICULTA

- Apartarlles dos sucesos.
- Permitirlle actitudes baseadas na idea: "Total, que máis me vai a pasar". Atrasar a noticia e antepoñer a outras persoas.
- Pedirlles axuda nas nosas responsabilidades.



Como imaxinaredes, ao transmitir a un menor a noticia dun falecemento, debemos facelo segundo a lóxica e a verdade que guían os procesos infantís, afastándonos de mentiras e detalles que edulcoren o que ocorreu.

A noticia debe ser transmitida por persoas queridas e próximas ao menor, que estean en contacto con el de maneira habitual:

Se é posible os seus pais ou un deles no caso do falecemento do outro proxenitor. Se faleceron ambos, debe comunicarllo a persoa que quedará ao coidado do menor e/ou quen estea máis próximo a el.

No caso de que sexan os pais quen falecesen, ou estes atópanse moi impresionados pola noticia e non poidan encargarse de dar a noticia ao neno, é moi importante que o faga outra persoa na que o neno confíe, con quen teña trato e afecto, calquera persoa que sexa significativa para o neno. Primaremos a proximidade independentemente do vínculo que lles una. Por iso, se a persoa encargada ten que ser a nai dun amigo ou o seu coidador ou coidadora, incluso unha empregada de fogar, será a persoa elixida se cumpre os criterios de confianza e agarimo.

Débesse comunicar ao menor a noticia canto antes, en lugar de esperar horas ou días a que terminen os ritos e homenaxes. As nenas e os nenos deben estar entre as primeiras persoas en decatarse se quen faleceu é un ou ambos proxenitores; e deben sabelo canto antes, no caso de que quen faleza sexa unha persoa moi próxima. Pola contra, estarémoslle a deixar fóra de aspectos importantes e iso pode complicarnos o manexo doutras situacións a posteriori.

Hai que elixir un lugar íntimo, que estea libre de posibles interrupcións, onde as nenas/os ou adolescentes poidan expresar sen medo as dúbidas, emocións ou reaccións que teñan tras serlle notificada a morte do ser querido. Ese lugar debe permitir a quen se encargue de transmitir a noticia a expresión emocional sen tabús e o contacto, así como ofrecerlles un espazo para comprender as distintas reaccións que poida manifestar o menor.

Se as persoas que deben comunicar a morte vense invadidas por emocións moi intensas, como adoita ocorrer cando se sofre unha perda inesperada ou traumática, é conveniente protexer ao neno de situacións moi desbordantes que poidan asustarlle.

Nese caso, a persoa elixida será a máis próxima que poida transmitirle a noticia de maneira triste pero acougada, sen explosións emocionais que poidan resultar demasiado excesivas ou desbordantes para que o neno as poida procesar, ou que poidan xerarlle a sensación dunha gran desgraza.

Non é necesario transmitirle toda a información de golpe: empezaremos por contarlle o que consideremos esencial e, despois, poderemos ir engadindo detalles de maneira gradual, segundo sexa necesario ou a medida que o menor nos expoña preguntas ou dúbidas.

É moi importante favorecer o diálogo: que o neno ou o adolescente sítase libre de preguntar, independentemente de se as súas preguntas poidan afectar ao adulto ou non.

Debemos deixar a porta aberta ao diálogo. Se as preguntas que fai son moi complicadas ou morbosas, podemos emprazalas a responder máis adiante ou responder cun simple: *“Non o sei, podemos buscar a alguén que nolo explique”*.

6. COMUNICACIÓN

Cando ten lugar unha morte na contorna do menor, hai que comunicarllo ao colexio.

É un lugar onde o neno pasa moitas horas ao día e onde pode manifestar moitas condutas e expresións relacionadas co dó, que os responsables do centro escolar non entenderán sen o contexto adecuado.

É fundamental que, ao transmitir a noticia, afrontemos a verdade que rodea á morte, por moi dura que sexa. Iso evitará que nun futuro o neno sítase enganado.

O único que faremos é **adaptar a verdade ao desenvolvemento cognitivo de cada neno, para que sexa capaz de entender** os aspectos máis importantes que rodean ao suceso.

Afrontar este tema coa verdade permite que o neno confíe en nós e sítase parte activa de todo o proceso.

Usar exemplos a partir da natureza, doutros seres vivos ou experiencias de persoas próximas ao redor da morte pode axudar moito nun primeiro momento a que os pequenos comprendan os aspectos fundamentais da morte.

Non hai que ter medo de utilizar as palabras "morte" e "morto", non imos asustarlles e é o adecuado nese momento.

Como xa comentamos, é importante que entendan que o corpo da persoa falecida deixou de funcionar e con el todas as funcións vitais asociadas.

O que permanece son os recordos que temos do tempo que gozamos con el. Estes quedan na nosa memoria, e podemos acudir a eles cando sexa necesario.

É o momento de introducir as crenzas relixiosas, no caso de que a familia as teña.

Se o neno non foi iniciado nas crenzas relixiosas, a morte pode ser un momento demasiado confuso para facelo ou mesmo podemos xerar nos neno medos ás ideas abstractas relacionadas coa relixión.

Ao comunicar aos nenos/as a noticia do falecemento dun familiar, imos atoparnos con moitas preguntas que cuestionan o porqué da morte, nalgúns casos similares ás que fan os adultos: *"Por que se tivo que morrer? Por que nos pasou isto a nós? Por que collería a moto esa mañá?"*.

A maioría das cuestións serán preguntas que tentan variar a situación, que manteñen na imaxinación a posibilidade de que a morte non sucedese.

Se hai unha explicación razoable ao feito en si, é bo contarlla ao menor, pero tamén é posible que nós nos esteamos facendo as mesmas preguntas ou que non saibamos que responder. Nese caso, debemos indicarlle ao neno que non sabemos se hai unha resposta correcta ou que nos vaia a deixar máis tranquilos. É bo que o neno entenda que os adultos non temos respostas para todo.

Por moito que aclaremos todo o que pregunte o neno, hai que ter en conta que exporá moitísimos interrogantes íntimos ou relacionados coas súas construcións imaxinarias. Nesa situación, o máis importante é que esteamos abertos ao diálogo, que poida preguntar algo aínda que a nós incomódenos ou aínda que non teñamos unha resposta certa que darlle. **As dúbidas que nos expoña o menor poderán orientarnos acerca das súas necesidades con respecto á morte e o dó.**

Un punto crave é aclarar a **responsabilidade do menor fronte á morte**. Cando falamos de responsabilidade non só facemos referencia aos casos en que os nenos/as senten que provocaron o falecemento do ser querido, senón tamén a cando pensan erroneamente que o falecido morreu desgustado, enfadado, molesto ou preocupado por algo que fixeron e que non quedou resolto (sacar malas notas, un parte do cole, unha amoestación, un castigo). O pensamento máxico é moi poderoso na primeira infancia e pode levar ao menor para pensar que un ser querido morreu por algo malo que fixo.

No caso dos adolescentes, pode ocorrer que por enfado sentisen o desexo de que esa persoa morra ou deixe de ser o seu parente, polo feito de buscar a independencia:

"Oxalá estivédeses mortos".

Algúns poden expresalo en voz alta e outros tal vez desexáranlo mentalmente, pero a realidade é que eses comentarios acaban xerando culpa nos adolescentes e dúbidas sobre se o falecido sabería que no fondo queríanlle.

É bo que lles **axudemos a expresar eses sentimentos de culpabilidade** tan destrutivos, xa que pola contra poden facer que o dó se complique ou se alongue moito, porque cren que hai asuntos sen resolver.

A intención é que o neno entenda que os pensamentos, as palabras, as condutas, os xestos non só non matan, senón que tampouco son significativos se os comparamos co resto de tempo compartido coa persoa falecida.

COMUNICACIÓN - RESUMO

O mellor modo de comunicar a morte: quen, como, onde e cando:

- As persoas próximas e queridas teñen prioridade: os pais en primeiro lugar, daquela quen máis próximo sexa ou se vaia a quedar ao cargo do menor. Prima o agarimo fronte ao parentesco.
- Canto antes.
- Nun lugar íntimo para que poida expresar o que senta con liberdade.
- A información pode darse de maneira gradual, partimos do esencial para despois dar detalles.
- Hai que aclarar os aspectos fundamentais para que o neno entenda a morte.
- É o momento de introducir os ritos e as homenaxes.
- Pódense abordar as crenzas relixiosas.
- As responsabilidades acláranse.
- Contestaremos as súas preguntas na medida do posible.
- Especificámoslles que sempre lembraremos ao falecido e que non pode ser substituído por ninguén.
- Facilitaremos a expresión emocional e só protexeremos aos nenos e nenas de emocións moi intensas ou desbordantes.

É común falar de que o dó conta con diferentes etapas.

Estas etapas organizan dunha determinada maneira reaccións, sentimentos e procesos que atravesan as persoas que sufriron unha perda.

Existen diversas teorías psicolóxicas que abordan as diferentes etapas do dó.

Nós presentaremos as etapas propostas por Neimeyer ante unha morte inesperada e posteriormente ofreceremos catro tarefas procesuais que acompañan estas etapas, a partir dos estudos de Worden.

Evitación.

Ante a morte inesperada, ou ante a morte dun ser querido para un menor, a primeira reacción adoita ser a conmoción que acompaña unha realidade extremadamente difícil de asumir. Non se termina de aceptar a realidade e un aférrase ao que sexa. "Non mo creo", "non pode ser", "non é verdade", "estás a mentirme".

Esta morte cambia a miña vida sen remedio, pero eu non estou preparado para iso e aprázoo, desprázoo, protesto e móvo de lugar porque non podo con iso. Non se trata de movementos intencionados nin moito menos sopesados.

Ao contrario, forman parte dunha reacción normal de adaptación ao golpe de realidade a través dunha irrealidade que necesito fabricarme, aínda que sexa por uns momentos. A medida que aumenta a conciencia da perda poden aparecer novos sentimentos en forma de resentimento contra aqueles que o menor pode facer responsables desa morte: o médico, o condutor do camión que orixinou o accidente, o propio falecido que marchou de súpeto,...

Tamén a evitación móstrase máis nitidamente nese eludir de xeito sinxelo a morte. Non se fala diso, e parece coma se non pasase nada.

Evitación e negación da realidade son dúas caras da mesma moeda. Esta etapa é fonte de moita angustia, tristeza e sufrimento, pero ao mesmo tempo é a que permite introducir a particular adaptación mirando cara a outro lado para poder mirar máis adiante de fronte, cara a cara, ese acontecemento que é real, que me afecta e empezo a comprender as implicacións vitais que van condicionar o futuro persoal e familiar. Desde esta perspectiva, un certo grao de "evitación" da realidade da perda non é algo necesariamente negativo; é un momento inevitable no meu proceso para afrontar a realidade do inevitable que sucedeu.

Asimilación.

Trala conmoción, a ira e a evitación inicial, o impacto do acontecido vaise sedimentando aos poucos na realidade persoal do menor. Xunto á pregunta serena sobre como vou seguir vivindo sen esa persoa á que tanto quero aparece a soidade e a tristeza nunha maior intensidade.

É a constatación cotiá da ausencia que nos deixa sinais por todas partes: en casa, nos momentos da comida, na cadeira de brazos baleira, nas conversacións que xa non se van a volver repetir, nos xogos, ... Nesta etapa xógase a interiorización do dó e da perda como realidade que non só sufro, senón que me vai construír como persoa. Hai que estar moi atentos porque pode suceder que nesta etapa xurdan síntomas depresivos, como a tristeza invasiva, o pranto impredecible, as alteracións do sono ou do apetito, ou desesperanza crecente. Estes síntomas, no caso de ser prolongados no tempo, necesitan ser tratados de

7. O PROCESO DE DÓ: FASES E TAREFAS

maneira profesional. O mero feito de que aparezan non é raro e hai que contemplalo como parte do proceso.

Acomodación.

Chega o momento en que a persoa afectada pregúntase por si mesma: "que vai ser da miña vida de agora en diante?". Esta pregunta apunta cara á reconstrución persoal tras o despece inicial que provoca a morte do ser querido. Non é unha etapa lineal, sen retorno. Máis ben, trátase de recuperar forzas e recobrar hábitos e rutinas saudables, permitindo que asome a tristeza, o recordo e a sensación de que nada nin ninguén substitúe a perda que experimentamos. Non hai avances sen retrocesos. Neste proceso longo e complexo pódense experimentar sentimentos de tristeza e mesmo de culpa, que esixen continuos reaxustes entre o recordo do pasado, o non feito ou o que estivo mal feito e o futuro que queda por vivir.

Este proceso de dó alóngase necesariamente no tempo e a súa oscilación varía en función de cada persoa. En todo caso, trátase dun percorrido de longa duración, con idas e voltas, ánimos e desánimos que igualmente forman parte do novo camiño emprendido.

Xunto ás etapas, Worden apunta **catro tarefas de dó**, que expoñemos brevemente.

Aceptar a realidade da perda.

Esta tarefa inscríbese nesa primeira etapa que comeza pola evitación, que é xusto o contrario da aceptación. Pero é así. O horizonte desta tarefa é afrontar plenamente a verdade do que sucedeu. A persoa querida morreu, marchouse e xa non volverá. A súa marcha é definitiva e fisicamente o menor afectado non vai volver a vela, a tocala nin abrazala. Esta situación é especialmente difícil no caso de persoas mortas desaparecidas; nestas circunstancias, renunciar á esperanza de recuperala pode xerar a sensación de abandono.

Cando se produce un bloqueo neste punto aparece con forza a *negación da realidade* do que aconteceu. Isto maniféstase en dúas direccións:

a) *Negar a realidade da perda.* Ante a morte dun menor, algúns pais conservan a habitación do mesmo tal e como estaba antes da súa morte. Isto é normal nun primeiro momento, pero convértese en negación mantida no tempo, e se hai irmáns en casa isto non axuda en absoluto. Son formas de alongar de maneira innecesaria a vida do que xa morreu e de evidenciar unha ausencia á que non se sabe responder salvo co prolongamento de formas de presenza que non facilitan a despedida.

b) *Negar o significado da perda.* Co tempo, podemos atoparnos con expresións como: "non o boto de menos", "non estabamos moi unidos" ou "xa pasou moito tempo". Todo iso indica aparentar un grao de asunción de que a perda é menos significativa do que realmente é.

Na tarefa de aceptación da perda ten enorme importancia os rituais que a acompañan. En especial o enterro e, no seu caso, o funeral ou os ritos das distintas relixións, en cada caso. Son ritos de despedida que constitúen un momento de interiorización do acontecido. É importante compartilo con todas as persoas polas que os menores afectados séntense queridos nese momento. As diferentes cerimoniais funerarias axudan a mirar cara a cara a

7. O PROCESO DE DÓ: FASES E TAREFAS

morte, a testemuñar a vida da persoa que se vai, a despedila con agradecemento, a dar apoio afectivo e físico aos afectados e a expresar a dor de forma compartida.

Soportar a dor da perda.

Atravesar a dor e non ocultalo, ese é un dos momentos craves no desenvolvemento do dó. Tratar de evitar, suprimir ou superar con prepotencia a dor sen escoitalo, pode atrasar ou perpetuar o dó.

Podemos atoparnos con menores que tratan de non facer fronte á dor da perda, porque sinxelamente non a soportan e bloquean todo tipo de sentimento negativo vinculado coa perda, negando que a dor estea presente. Por outra banda, tampouco sería san mergullarse permanentemente na dor vendo como o menor se estanca nel. Nesta tarefa de que a dor non se apodere da persoa hai que axudar para que o menor alterne a dor, a tristeza e a desolación, coa posibilidade de que exprese recordos e comparta vivencias relacionadas coa persoa falecida. Todo iso dando cabida á debida atención e normalización de hábitos e rutinas escolares, extraescolares e familiares-domésticas.

Adaptarse á vida sen a persoa que faleceu.

É dura a tarefa de vivir sen o ser querido. O neno síntese sobrevivente dunha nova vida sen o falecido. Un novo escenario cargado de dor e á vez estímulo para xerar unha nova vida.

A morte do ser querido conduce ao neno para transformar as súas relacións e vínculos. Co ser querido que faleceu a relación xa non pode consistir en perpetuar unha relación física xa imposible. Trátase de ir avanzando na creación dun vínculo simbólico especial, agradable e agradecido, no posible. Ter á beira un obxecto do falecido pode axudar a soste ese vínculo simbólico. Desde un xoguete a unha manta do sofá; desde unha carteira de man a un pano ou unha bufanda. Obxectos que o neno poderá levar ao colexio, sempre que queira, e poderaos mostrar, e falar diso cando o desexe.

O mundo dos símbolos remite á procura de novos significados para seguir vivindo. A perda do ser querido cuestiona o sentido que damos á vida e en especial no neno, que nin sequera comprende esta terminoloxía. Segundo sexa a idade, o que si parece claro é que o neno e o adolescente reconstrúen a súa fonte de significados importantes para as súas vidas. Dalgún modo pregúntanse polo importante da vida, polo que merece a pena; distinguen mellor o superficial do profundo.

Seguir vivindo.

Ás veces as nenas e os nenos teñen medo a esquecer ao ser querido que faleceu. Ademais dun obxecto simbólico, poden levar con eles unha foto desa persoa. Haberá que axudar ao neno a que recoloque na súa vida emocional a esa persoa, de modo que non o invada todo, pero que teña o seu lugar.

Deste xeito, o neno asegura o vínculo, pero non se detén ancorado no pasado. Recolocar ao ser querido permite saír do perigo do apego que non deixa mirar ao futuro. O neno ten que refacer a súa vida; ten que seguir vivindo.

7. O PROCESO DE DÓ: FASES E TAREFAS

A volta ás rutinas escolares e domésticas van axudar moito nesta etapa do dó. Todo iso vai a reconfigurar a nova identidade do doente. Porque tras a perda dun ser querido xa non somos quen eramos, e os nenos e adolescentes tampouco. E esta reconstrución persoal levará tempo e precisará de paciencia.

O dó remataría cando se completaron as catro tarefas do dó: aceptar, soportar, adaptarse e seguir vivindo.

Os especialistas din que un punto de referencia dun dó acabado é cando a persoa é capaz de pensar no falecido sen dor. Pode seguir habendo e haberá tristeza, pero iso é outra cousa.

Un aspecto importante é se o neno ou o adolescente, ao pensar no seu ser querido, xa non ten manifestacións físicas como pranto intenso ou sensación de opresión no peito. Un signo de que o dó vai acabando é que a persoa volve investir emocións, tempo e enerxía na vida que vive cos seus amigos, nas tarefas escolares e complementarias: participa en actividades deportivas, de tempo libre, teatro, literatura, artes plásticas, música, etc. segundo a idade e posibilidades.



a. Dó anticipatorio: enfermidades avanzadas.

O dó anticipatorio non comeza coa morte do ser querido, senón coa noticia da enfermidade terminal. Prodúcese moito antes de que suceda a perda; é unha transición dun camiño longo ata a morte, incluído en ocasións polo paso en Unidades de Coidados Paliativos, ben no propio domicilio, ben en centros hospitalarios.

Os síntomas do dó anticipatorio poden ser moi similares aos dun dó normal: desde a tristeza e o pranto, ata a soidade e o illamento, a ansiedade, os sentimentos de culpa ou a ira e irritabilidade. Tras o coñecemento do diagnóstico adoita predominar a incredulidade, a rabia e/o a negación, ou sobrevivir un shock emocional.

Socialmente, a acollida ou os permisos emocionais non son iguais xa que aparentemente hai que mostrar fortaleza ante a morte inminente. Doutra banda, permite unha despedida emocional e física do ser querido cuxo desenlace é inevitable.

Numerosos autores recoñecen no dó anticipatorio unha resposta adaptativa positiva ante a morte, porque as persoas teñen a posibilidade de traballar os cambios profundos da perda e existe un compoñente de esperanza.

Ao longo do dó anticipatorio, as claves de acompañamento son:

- Comunicar á familia o beneficio de que o menor coñeza a situación e poida compartir momentos xunto á persoa que vai falecer.
- Permitir a expresión de sentimentos sobre a perda inevitable (conversacións, debuxos etc.) e convidar tamén á familia a que exprese os seus sentimentos, porque axuda ao menor para elaborar os seus propios.
- escoitar de maneira activa e empática as súas preocupacións e emocións; unha comunicación aberta e sen limitacións.
- Animar ás familias a que reciban axuda psicolóxica durante todo o proceso, para que poidan ter sostén emocional e, por exemplo, fixar metas a curto e medio prazo para afrontar a realidade, proxectar e facerse á idea de como será a vida sen o devandito familiar. No caso de que sexa un menor ou un profesor da comunidade educativa, deberanse promover espazos para a expresión, escoita, o recordo etc.
- Recibir acompañamento emocional. Este acompañamento pode axudar a fortalecer o vínculo presente e futuro co ser querido que se atopa próximo á súa morte. Trátase de ser axudados a nivel emocional en todo o proceso de aceptación da morte e despedida da persoa querida.

b. Dó en caso de suicidio.

En caso de suicidio dun menor ou un membro da comunidade educativa, a situación é extremadamente delicada e débese proceder con profesionalidade e inmediatez, especialmente se o falecemento ten lugar no centro.

Neste caso é preciso chamar canto antes aos servizos médicos de urxencia e á Policía, eles encargaranse das actuacións concretas a realizar.

A continuación, habería que contactar cos pais ou familiares para informar do sucedido e transmitir as nosas condolencias. Esta conversación é unha tarefa especialmente complicada porque a morte e o suicidio son temas tabús. No caso de que a familia non queira divulgalo, explicaráselles que os alumnos son conscientes e falarán sobre a morte, polo que é mellor tratalo con eles para disipar rumores e prestar o necesario apoio emocional.

Tratamento na aula.

Desde o momento que o centro educativo é coñecedor do suceso, e tras falalo coa familia previamente, é necesario abordalo na aula, anticipándose canto antes ao impacto nas redes sociais (no caso de niveis educativos superiores). O responsable debe ser un profesor ou titor de confianza, asesorado polo orientador, equipo de orientación ou un profesional. O adulto que emprenda esta tarefa non ten que ocultar a súa dor, senón unirse e apoiar aos menores desde o seu ser como "sanador ferido".

Os *obxectivos* serán os seguintes:

- *Disipar rumores.*

En momentos tan complicados e tras o impacto inicial, é normal que a comunicación distorsionada propáguese e non da forma máis adecuada. Por iso é necesario transmitir a información correcta sen necesidade de achegar detalles innecesarios que fomenten a idealización do feito.

- *Dar información básica da conduta do suicidio.*

Resaltando o complexo deste feito, que en ningún caso é "unha elección, un acto heroico ou romántico"; que o suicidio está causado por máis dun factor e adoita implicar outros problemas psicolóxicos como depresión ou abuso de substancias; ou por último, que está suxeito a prevención. Son moitos os mitos que rodean os intentos de suicidio e pode ser necesario aclarar algún deles.

- *Acoller aos alumnos dende a humildade.*

Nun clima de confidencialidade e seguridade, dando espazo e tempo para a expresión dos seus sentimentos, preguntas etc. Agora e durante un tempo os compañeiros necesitarán comentar as circunstancias da morte, lembrar a vida xunto co seu compañeiro. A expresión oral pode non ser fácil ou suficiente, porque a morte ás veces deixa sen palabras. A presenza, escoita emocional ou o abrazo dos amigos axudarán a superar a confusión, a angustia, a culpa e a transitar o dó.

8. CASOS CONCRETOS

- *Dar apoio e derivar.*

Profundar en que se pode facer cando sentímonos tristes, perdidos, deprimidos, etc., ou cando un amigo síntese así. Darlles información sobre servizos profesionais. Hai numerosas organizacións especializadas que ofrecen axuda. É especialmente importante ofrecer atención e acubillo ao círculo próximo de amigos ou a aqueles alumnos que puidesen ter conflitos ou dificultades co falecido.

Nos días sucesivos ao suicidio.

Ante o suicidio dunha persoa da comunidade, o shock ou as emocións derivadas como a culpa poden ser maiores. No proceso de dó búscase a explicación do que sucedeu, cal foi o motivo, ou se entra nunha espiral recorrente do suceso.

Claves a ter en conta:

A vulnerabilidade de nenos e adolescentes inflúe directamente en como vivan o suceso e, como noutras ocasións, non se pode caer na tentación de apartarlles da realidade para aforralles sufrimento. Facerlles partícipes tendo en conta a súa idade e, se é necesario, utilizando historias ou contos que axuden á comunicación das súas emocións.

A idea de "poder evitalo" é moi frecuente.

A imaxinación tende a recrear unha e outra vez o momento, onde se soña con salvar ao falecido. Isto conduce á negación da morte e a ancorarse en emocións como a culpa.

O paso inicial desde o centro educativo consistirá en permitir a súa expresión, para máis adiante cuestionar e confrontar a realidade.

Os máis próximos poden ser propensos ao illamento ao sentir que non se lles entende e preferir estar sós. As diferentes decisións haberán de respectar eses momentos, procurando que non se encerren en si mesmos e que aos poucos recuperen a súa actividade social.

Un dó destas características implica por parte dos educadores unha atención continua, actitude de acollida, respecto da dor, e observación e detección de posibles síntomas extremos ou cambios de comportamento (culpabilidade ou enfado intenso, illamento social, etc.), que poidan levar a recomendar axuda profesional á familia ou achegados.

Para máis adiante, haberase de ter especial atención en días especiais como nadal, aniversarios ou o aniversario da data.

Tratamento do suicidio desde os medios de comunicación:

Hai que ser conscientes de que unha morte por suicidio nun colexio atrae sempre aos medios de comunicación e de que o trato da noticia non sempre será respectuoso e prudente. En ocasións, ao tentar solicitar toda a información para elaborar a noticia indágase en aspectos persoais e dolorosos do menor, da familia ou dos seus achegados. Debemos respectar o dereito para informar dos medios de comunicación, pero tamén facerlles ver o impacto que xera a difusión dun feito deste tipo e a tendencia á imitación, especialmente entre os alumnos. Dependendo de como sexa a nosa política de comunicación e da información que facilitemos aos medios, a súa difusión terá maior ou menor impacto nos momentos de dó.

c. Dó en caso de accidentes.

Estas situacións non conteñen implicación persoal nin intencionalidade, polo que se producen de maneira fortuíta e son imposibles de predicir. A consecuencia emocional máis importante nestes casos é a profunda sensación de vulnerabilidade, especialmente en nenos e nenas desde aproximadamente 9 anos ata adolescentes.

As circunstancias nas que ocorran os sucesos serán as que incrementen ou diminúan esta impresión de perigo constante á que poden verse sometidos os menores.

Nalgúns casos será difícil de normalizar, polo que será necesario prestarlle unha atención adecuada a través de determinados medios: asembleas, titorías, actividades específicas, etc. Por iso, ademais de considerar as idades nas que estea a ter lugar o dó, para traballar a sensación de vulnerabilidade e irrealidade recoméndase:

- Ofrecer máis tempo do necesario para poder encaixar o ocorrido.
- Permitir todos os sentimentos, sobre todo o da culpa se presenciaron o accidente (pode xurdir pensamentos como "podía evitalo se non lle dixese de ir alí", "se soubese facer primeiros auxilios non pasaría"...).
- Transmitir con firmeza que non foi culpa deles e axudarlles a ver a diferenza entre desexo e realidade.
- Garantir a seguridade e a estabilidade, retomando canto antes as rutinas propias do día a día, para que o neno poida sentir que o seu mundo non se desorganiza ou desestabiliza, é dicir, a recuperación do ritmo cotián das actividades (xogos, etc.) que habitualmente experimentaba.
- Axustar as expectativas de recuperación, permitindo "idas e vindas" no proceso de transición do dó.



d. Dó en caso de morte violenta.

As mortes causadas pola violencia terrorista, o homicidio, a violencia machista e calquera outra forma de violencia que acontece a algún membro da comunidade educativa constitúe unha fonte de dor insoportable e abren a porta a un tipo de dó especialmente delicado.

O pensamento esencial é que nin a rabia nin a vinganza nin a destrución do outro son bos indicadores para vivir un dó san. Aínda que son sentimentos recoñecibles, comprensibles e lóxicos, non por iso habémoslos de alimentar.

Con independencia das accións xudiciais oportunas e necesarias, cabe, desde a educación, fomentar a cultura do perdón que pasa por axudar a dar un salto evolutivo como seres humanos para ir máis aló do rancor e saír do lugar interior que despreza todo o peor que podemos ser e facer. O perdón adoita ser fonte de evolución persoal e colectiva.

O tratamento deste proceso de perdón non é o primeiro paso para traballar cos alumnos na aula.

Primeiro deben aflorar os sentimentos naturais de rancor, rabia e desexos de vinganza. Cando pase esa primeira onda de protesta xustificada, cabe preguntarnos: quedamos aquí ou podemos dar un paso máis para curar esta ferida?

Falamos dun perdón que non é esquecemento nin negación da xustiza.

O perdón é un proceso e un dereito das vítimas, que cando se consegue adoita ser un facilitador do proceso do dó e axuda a pasar páxina.

e. Dó por morte perinatal.

A morte fetal, intra-útero ou durante o parto, significa a perda dun bebé.

No acompañamento a menores e familias que se desexe dar desde os nosos centros educativos temos que ter presente o seu carácter complexo, onde morte e vida atópanse moi próximas.

Para os nenos/as pode ser unha situación moi desconcertante, ante a expectativa da chegada dunha nova persoa ou ante a desaparición dunha persoa que acaba de chegar ás súas vidas. O dó perinatal pode dar lugar nos pais, a trastornos depresivos, de ansiedade ante un novo embarazo ou trastornos de estrés postraumático, polo que a nivel familiar pode supoñer cambios moi importantes e que o neno perciba como moi negativos. Desde o centro é recomendable que o profesor ou titor estea pendente da evolución do dó do irmán e dos pais.

En ocasións, unha chamada telefónica ou unha titoría onde a familia exprese a súa dor, se así o desexa, é unha forma reconfortante de sentirse acompañados.



f. Dó colectivo.

Nun centro escolar pode darse unha situación de dó colectivo, é dicir; que toda unha clase ou que todo un colexio quede afectado pola perda dun membro desa comunidade educativa. É unha realidade que antes ou despois imos enfrontarnos a unha situación de dó na aula, pero tamén pode producirse a morte dunha persoa e que esta afecte a todo o equipo docente.

As situacións que podemos atoparnos son moi variadas, pero adoitan ir nesta liña:

- Falecemento dun docente.
- Falecemento dunha persoa pertencente á comunidade educativa non docente.
- Falecemento de varios irmáns pertencentes a un mesmo centro educativo.
- Falecemento dun alumno por diversas causas.
- Varias mortes durante un mesmo curso escolar.

Estas situacións non adoitan darse con frecuencia pero, se se producen, xeran un gran impacto, xa que non adoitan deixar a ninguén indiferente.

Poden afectar a unha clase enteira, incluíndo aos docentes, todo o centro educativo e tamén a todo o claustro de profesores.

Nestes casos é común que nos atopemos cunha clase practicamente enteira afectada. Se os alumnos atópanse na etapa adolescente, o impacto é maior que na etapa infantil e os primeiros cursos de Primaria.

Hai **algunhas actividades que se poden realizar** coa aula enteira:

1. Organizar titorías ou espazos para falar da morte e do que a noticia nos xerou. Sería un espazo libre onde se pode falar de sentimentos, emocións, recordos, vivencias e daqueles pensamentos que nos suscitara esa morte.

2. Celebrar unha despedida conxunta ou unha homenaxe: Os compañeiros poden buscar unha forma de expresar as súas condolencias e como queren que sexa esa homenaxe, á marxe daqueles ritos que se realicen no seo das familias ou que teñan un carácter máis íntimo.

3. Decidir que facer coas súas pertenzas: Se o falecido foi un alumno tería un pupitre, un sitio na aula, uns materiais,... O normal é que o pupitre se manteña un tempo e, aos poucos, vaia sendo retirado a un lugar secundario.

Aí pódese crear un pequeno recuncho de homenaxe, ou ben decidir entre todos se desaparece da aula ou acaba o curso connosco.

4. Elaborar unha caixa de recordos ou un libro de recordos onde os compañeiros plasmen a idea de como era, os recordos que teñan do falecido, anécdotas, etc., e pódese entregar á familia como unha homenaxe colectiva.

5. Convidar os familiares para transmitirles o sentimento colectivo da aula: O centro pode organizar un encontro para homenaxear ao alumno ou para que os compañeiros poidan transmitir á familia os seus recordos e condolencias, a condición de que esta desexe recibilos.

6. Asistir ao funeral ou ao enterro de maneira conxunta: os alumnos poden organizarse para ir e participar dalgún modo, ler unha carta de despedida, comprar un ramo ou simplemente asistir.

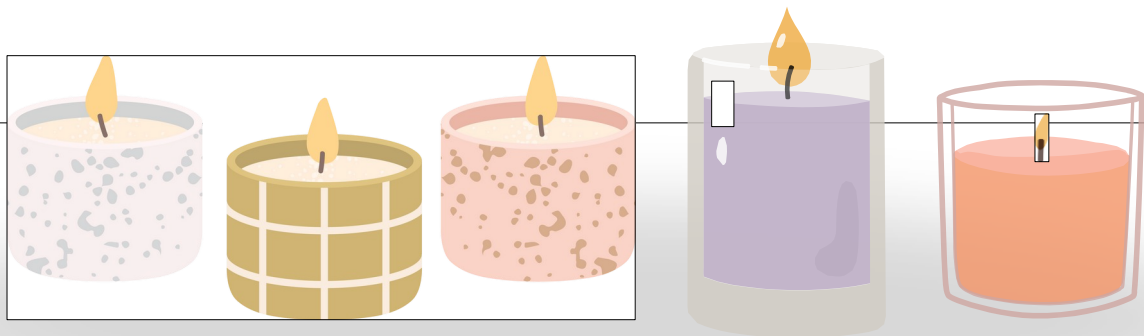
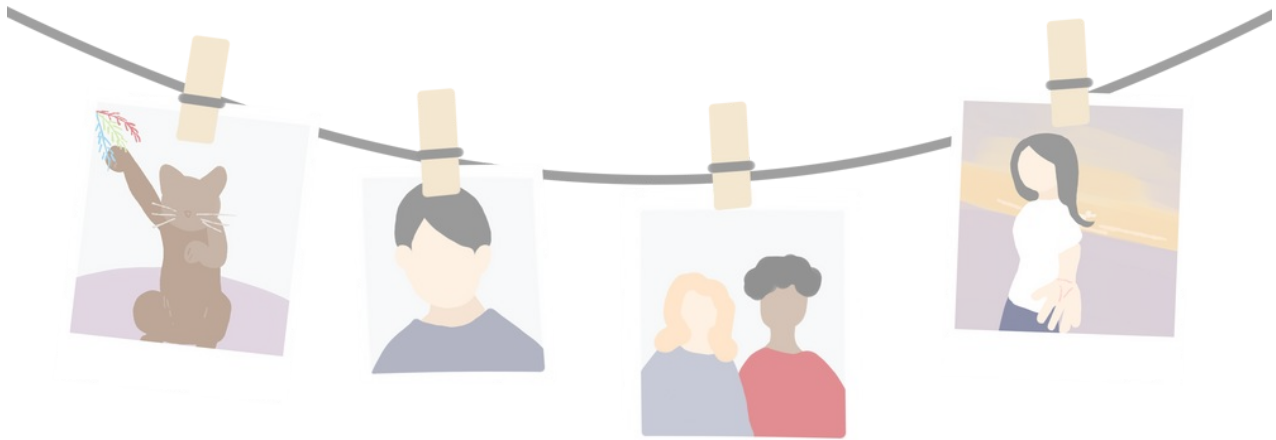
8. CASOS CONCRETOS

7. **Crear un mural coas mensaxes de despedida** que os distintos compañeiros e alumnos queiran escribir.

8. **Organización de homenaxes por parte do colexio**, como unha solta de globos, unha celebración de despedida, unha excursión para plantar unha árbore conmemorativa, deixar un espazo conmemorativo no centro para aqueles alumnos ou docentes que vaian falecendo etc. Hai moitas ideas nesa liña que nos poden axudar a traballar unha situación de dó colectivo cos alumnos. Calquera idea pódese levar a cabo cun obxectivo concreto.

9. **Crear unha web, perfil de redes sociais etc., na que deixar as mensaxes e as condolencias, fotografías, anécdotas,..., en definitiva calquera cousa que creamos que pode servir de homenaxe á persoa falecida.**

Haberá que fixar un período de tempo limitado durante o cal estará aberta e actualizada, para evitar que os alumnos se enganchen a ela e non sexan capaces de pechar o seu dó ou sintan que o compañeiro segue vivo a través desa web ou espazo dixital.



8. CASOS CONCRETOS

g. Protocolo ante o falecemento dun membro da comunidade educativa. Suxestións. Recollemos nun cadro sintético as suxestións de actuación que podemos por en marcha ante o falecemento dun membro da comunidade educativa ou ante a posibilidade de que este suceso xere unha crise de comunicación no centro. Hai cuestións que deben atenderse e responder de inmediato, outras nas primeiras 24 horas. Mentres que hai aspectos que poden resolverse ao longo da primeira semana e máis adiante.

8. CASOS CONCRETOS



24 HORAS



NUNHA SEMANA



MÁIS ADIANTE

INMEDIATAMENTE

Se o suceso ten lugar no centro, chamar aos servizos médicos de urxencia e á Policía

Comunicarse coa familia (expresar condolencias, pórse á súa disposición e contarlles a información que se vai transmitir á comunidade educativa, así coma o protocolo a seguir)

Analizar a situación, acadar información e coordinar as actuacións

Comunicar o suceso ao claustro de profesores, ao Consello Escolar e a ANPA, así como ás administracións educativas si estamos ante unha situación de crise. Ofrecer apoio psicolóxico

Comunicar o suceso aos alumnos e ofrecerlles apoio psicolóxico e acollida

Elaborar un comunicado informativo e de condolencia para a comunidade educativa

Se o suceso saltou aos medios activar o protocolo de comunicación de crises: investigar, constituír comité de crise, identificar públicos afectados, establecer pautas de actuación, contactar cun avogado, determinar a información a transmitir e elixir os canais e portavoz para difundila

Consultar coa familia a posibilidade de asistir ao tanatorio

Consultar cos pais ou familiares sobre a posibilidade de asistir ao enterro, funeral...

Atender ao profesorado e resto de persoal

Nas clases, a través das titorías: constituír un clima de confidencialidade, abrir un círculo para promover os sentimentos, explorar emocións, xerar un recordo ou realizar unha homenaxe...

Dar continuidade ás labores de comunicación seguindo o protocolo de crises, se a houbera, e atender aos medios de comunicación

Realizar algún tipo de acto de homenaxe ou recordo

Valorar a posibilidade de suspender as clases por un día ou calquera acto extraordinario que tivera programado o centro

En caso de falecemento por accidente, suicidio ou outros casos, estudar se existe responsabilidade civil ou penal do centro

Manter a normalidade na aula, con flexibilidade e realizando un seguimento

Ofrecer apoio particular a alumnos que o precisen

Manter comunicación coa familia, o orientador e o titor

No caso de ser un alumno, comunicar o falecemento á Consellería de Educación, ao obxecto do peche do seu expediente; e se é un traballador comunicar a súa baixa á Seguridade Social ou á Consellería de Educación, así como á compañía de seguros

Se fora un accidente de traballo, comunicar o falecemento á autoridade laboral da provincia

Ter especial atención en datas como nadal, aniversario, aniversario da data de falecemento...

Seguimento tanto dos alumnos (titorías), como da repercusión en medios de comunicación

Institucionalizar, unha vez ao ano, a celebración dun acto para recordar aos falecidos durante o ano

h. Dós patolóxicos.

Os indicadores propios dun dó normal poden derivar nun dó patolóxico ou complicado. Frecuentemente, considérase patolóxico un dó que se prolonga moito no tempo, que ten síntomas moi extremos ou que leva a condutas desadaptativas no día a día das persoas.

Os criterios para poder valoralo serían:

- Prolóngase no tempo, meses despois o menor continúa mostrando numerosas emocións ou condutas propias do dó normal. O tempo medio de duración do dó adoita ser de 6 a 12 meses, pero no 10% dos casos persiste máis aló de 18 meses e se cronifica.
- Hai unha intensificación dos síntomas, no que se observa que o menor sente desbordado ou se aumentan as condutas desadaptativas. Os síntomas iniciais de dó pospóñense e aparecen máis tarde.
- A persoa é incapaz de incorporarse con normalidade ás súas responsabilidades e quefaceres diarios.

Neste caso baixo a valoración dos responsables ou do orientador debemos de proceder á derivación e acompañamento dun experto.



9. O PAPEL DOS DOCENTES

a. PRINCIPIOS PEDAGÓXICOS.

Indicamos algúns elementos pedagóxicos imprescindibles para quen acompaña no dó ao alumnado no colexio.

Pedagogía do acompañamento.

Como educadores convertémonos en acompañantes do neno afectado ou da clase que atravesará unha situación de morte.

Acompañar require tempo de reflexión previa: que debo facer, como vou estar, que palabras digo e que non digo; e, sobre todo, estar preparado para a sorpresa, para quizá non saber responder a certas preguntas.

Non importa; o crucial é estar dispoñible e que os alumnos vexan e sintan que o profesor está ao seu lado, con eles.

Igualmente, o acompañamento esixe un mínimo plan de contido dese acompañamento no proceso do dó. Quizá máis intenso ao principio, para despois ir acompañando máis desde a distancia –que non distantes–. O acompañamento decrece en intensidade co paso do tempo, porque o obxectivo é que o neno e a clase sexa capaz de recolocar o acontecemento da morte na nova vida que comeza.

Pedagogía do silencio.

Na era de ruído, o silencio non é a non palabra senón a antesala da palabra expresada con sentido. O silencio humaniza e dá oportunidade aos interlocutores para que as emocións atopen o seu oco no medio da conversación.

Os adultos, ás veces queremos dicir todo, e non deixamos que flúa o silencio.

Hai un silencio que pode tugar e incomodar, pero na dinámica do acompañamento persoal en situacións de dó, o silencio permite estar e sentir ao outro sen xuízos nin consideracións, co silencio acompañado dunha man no ombreiro, dun xesto de proximidade. Silencio é máis que calar; é acoller a dor do outro e non dar receitas, nin saír do paso correndo. É apoio que non cae no xuízo, senón que simplemente está aí, consolando.

Pedagogía de escoita.

Escoita refírese á palabra, ás emocións e á globalidade do que acontece na expresión do neno que sofre a perda dun ser querido. O neno ou o adolescente terá cousas que narrar, contar como pasou, cales foron as circunstancias, quen estaba no hospital ou como foron os últimos días da enfermidade. É o relato do acontecido que cada persoa ten que personalizar verbalizándoo e expresándoo.

Facemos partícipes desa dor narrada, escoitando, sen xuízos nin valoracións, sostendo o que o outro di sen cortar, sen dar recomendacións, ofrecendo escoita activa que axuda a que o neno ou o adolescente poña nome ás cousas que están a pasar.

Pedagogía do recoñecemento.

O recoñecemento esixe mirar á cara e aos ollos para revelar ao outro: “recoñezo a túa dor e estou contigo”. Recoñecer implica non minusvalorar nin esaxerar. A través do recoñecemento implícito como educador para aventurarme nun proceso de reconstrución da realidade do

9. O PAPEL DOS DOCENTES

outro. Dun dó san sáese preparado para transitar outra etapa da vida; mediante o recoñecemento facilítase ese paso.

Pedagogía da autonomía.

O dó permítenos acompañar no proceso de toma de conciencia persoal da morte na vida de nenos e adolescentes.

Este acontecemento pode axudar a madurar a autonomía necesaria que posibilitará un adecuado encaixe para a vida adulta.

O dó nun neno, non se completa ata que en anos posteriores ao vivido nese tempo, frutifique en pequenas e grandes decisións que van conformando a vida autónoma de cada persoa. Por iso, importa acompañar e animar a tomar pequenas decisións desde o primeiro momento: "quero ir ao tanatorio", "quero participar no funeral lendo as preces", "quero escribir unha carta ao meu irmán morto".

Eses "quero" representan unha moi boa base de autonomía persoal, que debemos posibilitar e acompañar.

Pedagogía do sentido.

A morte ábrenos a preguntarnos con radicalidade sobre o sentido da nosa vida, da vida de cada neno e cada adolescente.

Cabe acompañar as preguntas que buscan sentido ao sucedido, como: e agora que fago coa miña vida?, que sentido ten seguir vivindo sen a persoa que tanto quixen?

Quen educa non ten respostas certas, pero si ten que acompañar estas preguntas sostendo o golpe que en primeira instancia produce a morte, para aos poucos penetrarse na procura de sentido, xa sexa como fundamento da vida ou como dirección que lle damos á mesma.

Pedagogía do coidado.

Quizá todo o expresado quede sintetizado con actuar desde o coidado. No trato cos menores en dó, o coidado baséase en tres grandes tarefas:

- En primeiro lugar, acoller ao neno ou adolescente co que trae; en cada novo encontro acóllese ao neno real, non ao que debía xa superar esta ou outra etapa.
- En segundo lugar, "pacificar" axudando a pousar tantos sentimentos e emocións deslocalizadas nun ámbito de tranquilidade, nas que se poderá ver a si mesmo con aceptación e calma.
- E, en terceiro lugar, animar aos poucos cara á reconstrución persoal.

É unha animación que nace de dentro e que non se deixa levar por reclamos externos.

A estratexia principal que anima esta pedagogía do coidado é a tenrura e a proximidade co neno ou adolescente.

b. PAUTAS DE INTERVENCIÓN.

No dó, despedida ou enfrontamento coa morte, hai unha comunicación de acollida que axuda a menores e adultos a elaborar os seus procesos de percepción e/ou comprensión do sucedido. Recomendamos seguir as seguintes pautas:

Recoñecer sen negar ou escandalizarse.

As emocións ou pensamentos que poida mostrar o neno, adolescente ou adulto próximo (desde a tristeza ata a ira) deben de permitirse por ser parte natural na adaptación á perda.

Frases como "non te poñas así", "todos pasamos por isto", "non te sintas culpable", "o teu pranto non vai revivilo", impiden que se poida transitar a dor.

Integrar sen evitar.

Desde o nacemento ou en idades moi temperás de 2 a 5 anos, aínda que non haxa comprensión acerca do sucedido, o neno é capaz de percibir cando hai unha situación de perda próxima. É conveniente comunicar o sucedido, convidarlle a expresarse se así o desexa ou participar dos rituais, como xa se dixo.

Desviar a súa atención, suplilo con outros temas ou actividades é contraproducente a calquera idade.

Ser afectuoso sen emotivismo.

O afecto é beneficioso para transmitirilles que non van quedar sós ou desprotexidos. Sobre todo, cando están en Educación Infantil debemos de asegurarlles que lles imos a seguir coidando. Entre 6 e 10 anos necesitan preservar o seu mundo e saber que non se vai a desmoronar. E na adolescencia, que poden contar cos adultos do seu círculo próximo.



c. ATENCIÓN NOS PRIMEIROS DÍAS.

Recomendacións básicas

Para todo o centro

É aconsellable a preparación e asistencia a algún acto (xa sexa relixioso ou social) que permita a despedida do falecido e axude a favorecer a elaboración do dó de todos, especialmente aos máis pequenos.

Si se leva a cabo na contorna escolar ou coa presenza de compañeiros e docentes, os menores implicados (de igual maneira se se tratase do falecemento dun profesor ou de pai/nai de alumno) poden sentirse acompañados polo seu ámbito cotián, é dicir, persoas coñecidas e próximas que brindan a súa escoita, afecto e consolo.

Atención ás familias

Os docentes, en entrevista, deben recomendar á familia afectada que estean pendentes dos cambios que poidan observar nos seus fillos e comuníquenos, na medida do posible, aos seus profesores.

As nais e pais deben de saber que é normal se os fillos e fillas mostran condutas regresivas como non controlar esfínteres ou actitudes dependentes como negarse a comer sós ou vestirse, tamén aconsellarán que permitan ás nenas e nenos sentirse tristes ou chorar como unha vía sa para transitar o seu dó. Ao resto de pais de alumnos pódesele enviar unha carta ou circular comentando brevemente a situación e animando a observar aos seus fillos e poñer ao corrente aos docentes do que consideren necesario. Convén ofrecer espazos de escoita e conversación para aquelas familias que o soliciten.

Recomendacións para o primeiro día na aula.

Os primeiros momentos son clave para establecer un acompañamento desde a empatía, que permita aos alumnos sentirse seguros. Neste sentido, será importante:

Construír un clima de confidencialidade.

Os alumnos deben poder sentir que dentro da aula constrúese un espazo seguro onde poden expresarse libremente. Para iso, o titor, profesor próximo ao grupo ou profesional externo, se se considera, ten que facilitar un ambiente de confianza.

Abrir un círculo para promover os pensamentos e sentimentos por mor do acontecido.

É fundamental identificar e nomear o sucedido, por exemplo, "a morte do compañeiro", dotando á realidade do seu significado, o oposto a utilizar termos como "iso", "aquilo"...

Explorar as emocións, recoñecendo a súa validez (ira, tristeza, vergoña...) desde a comprensión e o apoio.

Xerar un recordo e realizar unha homenaxe. Pódense realizar diversas propostas como escribir poemas, poñer flores, cartas ou recordos encima do pupitre ou doutro espazo significativo. Pasado un tempo prudencial, o pupitre pode colocarse noutro lugar dentro da aula ata

9. O PAPEL DOS DOCENTES

retíralo definitivamente unido a un acto de homenaxe como pode ser un momento de silencio, plantar unha árbore, soltar globos con mensaxes etc.

RECOMENDACIÓNS BÁSICAS PARA O DÍA A DÍA NA AULA.

Manter a normalidade na aula, pero con flexibilidade.

En todo suceso traumático aconséllase volver ao transcurso da vida cotiá en canto sexa posible, isto non significa deixar de ter presente a realidade acontecida e as dificultades que poden estar a vivir os alumnos como inquietude, ansiedade, perrenchas, ... A actitude flexible do profesor pódese materializar a través de apoio académico, un ritmo máis tranquilo, ou permitindo chamadas telefónicas á familia ou saídas da aula en momentos de abafío ou preocupación extrema.

Ofrecer apoio particular.

Dentro do centro, ao alumnado afectado directamente, por exemplo, por parte dun profesor/a de confianza. O feito de que o menor ou menores tocados máis directamente polo dío teñan coñecemento de que hai profesores que están pendentes e que se pode contar con eles en calquera momento é moi significativo e xera unha rede de tranquilidade. A metodoloxía de aprendizaxe cooperativa pode axudar tamén a xerar redes de apoio emocional entre o propio alumnado, en concreto a creación de grupos base (Johnson e Johnson, 1999). Esta estrutura cooperativa pode promover a integración das súas emocións e evitar o illamento social. Este último é a causa da cronificación dun dío.

Observar e manter unha comunicación coa familia.

O orientador e o titor deben de coñecer a situación pola que está a pasar a familia e os achegados para axudarlles e axudarse mutuamente. Os docentes, neste sentido, teñen que transmitir as súas observacións ao titor e este a o orientador para asesorar o máximo posible á familia.

Dar as ferramentas necesarias ao alumnado para comprender e transitar os procesos de dío, e saber como axudar aos seus compañeiros.

No caso de que o alumnado afectado directamente polo dío non volvese á aula, o resto debe coñecer a noticia con antelación. O equipo directivo e orientador planificarán a información que se vai a transmitir, porque debeu ser acordada coa familia previamente, e o profesor/titor ten que reflexionar sobre os seus sentimentos e capacidade para tratar este tema cos nenos/as na aula, contando co apoio do orientador do centro se fose necesario. Ademais da información, temos que ofrecer ferramentas para non posicionarse nos extremos, "non angustiarse con preguntas" ou "non facer coma se nada pasase".

d. TITORÍA E TÉCNICAS GRUPAIS.

O Plan de Acción Titorial vixente en cada centro debería conter unha proposta de obxectivos, dinámicas e materiais para traballar a morte na aula, ben de forma preventiva ou paliativa.

É vital formalizar a atención pedagóxica e emocional que ofrece o centro e non deixalo unicamente en mans da educación non formal.

A realización de tarefas ou titorías semanais (ao comezo e final da semana), durante o tempo que se considere apropiado (por exemplo, dúas semanas), constitúen un espazo físico e temporal que permite atender as necesidades emocionais do grupo aula.

Nas devanditas titorías, o titor e o orientador decidirían con que metodoloxías, actividades e temporalización van contribuír á elaboración do dó dos alumnos afectados e do grupo ou grupos aula, tendo en conta os indicadores cognitivos, emocionais e de rendemento escolar que se observaron e observen no transcurso das mesmas, e que poden orientar acerca da evolución do alumno no seu proceso de dó.

Poñerase especial atención en detectar e traballar:

problemas de atención e concentración, de memoria, posible diminución do rendemento escolar, problemas de ansiedade e arranques repentinos de pranto.

É importante a posta en marcha de actividades concretas que propicien a comprensión e integración emocional, tendo en conta o tipo/dimensión do falecemento, os niveis educativos e os recursos para utilizar.

En sucesivos apartados deste documento móstranse algunhas propostas.

Accións específicas que poden realizar as escolas.

Moitas destas accións xa foron comentadas con anterioridade, pero imos recoller algunhas iniciativas específicas que o colexio pode levar a cabo para facilitar o dó dun alumno, ou para manexar aquelas condutas que adoitan aparecer tras un falecemento.

Accións de formación preventiva

Con isto referímonos a aquelas accións que pode levar a cabo o colexio antes de que se produza un falecemento. É dicir xa sabemos que antes ou despois ímonos a atopar cunha situación de dó na aula, xa sexa polo falecemento dun avó, un profesor, un proxenitor, irmán, alumno, etc.

E tamén sabemos que, canto antes tratemos o tema da morte na aula, o prognóstico é mellor xa que a morte forma parte da vida e é un proceso normal.

As accións de formación preventiva consisten en que, antes de que se produza unha situación así, sexan os propios docentes quen aborde o tema en clase a través dalgunha actividade.

É conveniente que os profesores recibisen previamente algo de formación sobre o tema, ou que conten con algunha persoa de referencia á que acudir en caso de dúbida e que poida axudarlles con este tema ou en casos concretos.

Algunhas das accións que se poden levar a cabo son:

- Ler contos e traballar con eles na aula, como "O pato e a morte", "Non é fácil pequeno esquío", "O xardín do meu avó", "Para sempre",...
- Proxectar películas e expor preguntas ao alumnado sobre o seu contido. Podemos usar: "O Rei León", "Eu Robot", "Buscando a Nemo", "A miña moza", "Coco".
- Aproveitar festividades como o enterro da sardiña en Entroido, Halloween, ou o Día de Defuntos, obras artísticas ou feitos históricos, e organizar accións coherentes co contido desa data sinalada.
- Utilizar a tecnoloxía virtual, ou facer visitas a cemiterios históricos, monumentos funerarios e explicar o seu significado.
- Formar ao profesorado para traballar a morte na aula e detectar os problemas asociados ao dó.
- Ter un espazo periódico para resolver dúbidas que vaian xurdindo cando sexa necesario ou organizar un grupo de traballo.
- Educación emocional: traballar coas distintas emocións e a súa expresión para que o alumnado entenda como se expresan e que todas son válidas.

Materiais de traballo adecuados

Sabemos que un aspecto clave para traballar co alumnado é o atractivos que lles resulten os materiais: canto máis adecuados e atraentes resulten para o menor, mellor acollida terán.

Podemos traballar con contos grandes, vistosos, ou sacar as escenas que máis nos interesen dos contos e ir traballando os distintos conceptos que o neno ten que manexar para entender a morte.

Coas películas, escolleremos as que sexan máis actuais. Trataremos de buscar as máis recentes ou as que se adapten mellor á idade do alumnado, xa que sabemos que as películas antigas non adoitan gustarlles.

Podemos traballar con emoticonas, adhesivos, fichas de colorear, pictogramas, noticias, etc., buscando sempre que o traballo convértase nunha aprendizaxe atractiva.

Preparar o regreso dun neno en dó

Xa que, antes ou despois, un centro educativo vai atopar cunha situación destas características, o ideal é que se lle poida dar unha resposta de eficacia adecuada.

É normal que xurdan moitas dúbidas a primeira vez que hai que afrontar esta situación, que non saibamos cal é o mellor modo de actuar e téñase a tentación de finxir que non pasou nada. Outras veces o caso toca moi de preto aos profesores e a abordaxe resúltanos difícil.

Pode ser de axuda buscar un momento para falar cos compañeiros do alumno en dó, organizar unha pequena titoría e explicarlles o que pasou e as emocións que poida experimentar o compañeiro cunha linguaxe adecuada e exemplos: que saiban que é algo normal, que é bo preocuparse polo seu benestar, que tal vez sintase abruado, triste, enfadado, que quizais queira falar ou pola contra que debemos respectar o seu espazo no caso de que non queira.

E se houberse malestar, explicarlles que imos tomar algunha medida excepcional para evitar que se comparen ou que poidan expresar sentimentos de inxustiza polo trato cara ao neno.

Respecto ou sensibilidade cara a datas especiais

En todos os centros educativos hai datas que se celebran de forma especial e que deben tratarse con certa delicadeza: o día do pai ou da nai, días dos avós, Nadal, vacacións e todas aquelas datas que vaian vivirse por primeira vez tras a perda e que teñan un carácter familiar especial.

Nesta categoría entran tamén os festivais ou festas escolares nos que acostumase participar a persoa falecida, como actos de gradación, reunións escolares, aniversarios, ...

Cando vaia a ter lugar unha actividade con motivo dalgunha destas datas sinaladas, podemos transmitir ao neno que esas datas van repetirse sistematicamente cada ano e que ao principio poden resultar un pouco máis complicadas, porque uno non sabe como reaccionar nin que facer exactamente, xa que nunca experimentou unha situación similar.

Podemos permitir que sexa o neno quen decida se quere participar na actividade e se se vai a sentir cómodo coa mesma. Dar opcións na actividade: se os nenos van facer un traballo manual, por exemplo, para o pai ou para un avó, podemos suxerirle ao neno que perdeu a este ser querido que faga o traballo coma se fose unha homenaxe, un recordo, e que así pode lembrar a esa persoa especial.

Nos festivais ou celebracións escolares daremos prioridade a que o menor sítase parte do grupo, que estea integrado. Tamén lle explicaremos que hai outras moitas persoas pendentes del neses momentos e que están aí porque se preocupan e queren coidalo.

As festividade familiares do ámbito privado, como o nadal e os aniversarios, poden entristecer ao neno. Ten que saber que entendemos que son malos momentos e que ten dereito a sentirse triste ou enfadado. Nesas datas podemos ser algo máis flexibles con eles e un pouco máis permisivos coas esixencias na aula e co comportamento que esperamos dos nenos.

Accións concretas

As accións concretas non son medidas fixas e dependen do que cada profesor necesite en función do que o neno doente manifesta o seu regreso á aula.

Cada docente pode adoptar as medidas que crea que van beneficiar máis ao menor. Algúns exemplos serían os seguintes:

- Permitir saídas da aula:

Os primeiros días tras a perda é posible que o neno estea moi nervioso ou afectado, polo que será preciso que salga cando necesite tranquilizarse. O alumno debe saber que esta é unha medida temporal que pode utilizar cando estea moi triste, nervioso ou preocupado. Permitirémolle saír un ratiño ata serenarse, buscando se é necesario a axuda doutro compañeiro ou outro adulto dispoñible para que lle acompañe e axúdelle a tranquilizarse.

- Aplicar medidas excepcionais cos deberes: como xa sabemos, o dó pode afectar directamente o rendemento escolar. O neno está máis despistado, máis descentrado, ten esquecementos lóxicos e podemos tomar algunhas medidas excepcionais:

- Comprobaremos que leva a axenda ao día.
- Axudarémolle a meter o material necesario na súa mochila.
- Achegarémonos para comprobar que entendeu as instrucións ou as explicacións. Darémolle un tempo extra se está moi distraído.
- Axudarémolle a revisar os seus exames. Alongaremos o prazo dos traballos se o necesita.

Estas medidas son excepcionais e non poden converterse nun costume.

Reconducirémolle cara á normalidade, apoiándolle na súa autonomía se é que se viu afectada pola morte directa do familiar que se encargaba de supervisar estas actividades.

- *Proporcionar ao alumno apoio extra ante dificultades:*

Do mesmo xeito que no apartado anterior, cando vexamos que o menor se bloquea ou se atasca nas actividades académicas, podemos dedicarlle un tempo extra para que afiance os conceptos e non quede descolgado do grupo. Hai que ter en conta que con frecuencia era a persoa falecida quen se ocupaba de repasar con eles, de realizar as tarefas, de revisar o seu rendemento e todo iso pode xerar dificultades na súa aprendizaxe. Tamén hai que prestar atención á súa tolerancia á frustración e aos seus bloqueos, tentando que os afronte o mellor e máis rapidamente posible.

- *Facilitar a adaptación á aula:*

Ás veces a reintegración na aula non é fácil, xa sexa polo impacto da perda ou porque o menor ausentouse moitos días.

Tamén, como xa mencionamos, a miúdo o menor teme a opinión dos seus compañeiros ou ten medo de ser diferente e que os demais lle traten de modo distinto.

A mentalidade coa que se reincorporan tras un período de ausencia ou despois dun cambio drástico na familia fai que pensen que os demais van ter forxada unha opinión desfavorable respecto diso.

É bo que lles expliquemos que xa falamos co grupo, que se queren poden contar eles mesmos o que pasou ou, se non queren, respectaremos o seu silencio ata que estean preparados. Tranquilizámoslles sobre as súas ideas de como vai ser a reincorporación e, se o neno déixase, aclararemos con el e a aula o que sabemos e o que pensamos da morte tentaremos acompañarlle e axudarlle a que volva adquirir as rutinas de aula canto antes, se é que as perdeu.

- *Fomentar o respecto ante o grupo de iguais:*

Un dos temores dos nenos e das nenas é a percepción que teñen deles os seus compañeiros, sobre todo se é distinta: temen o que van pensar ou a opinar deles, ser diferentes e quedar sinalados, así que habrá que ter especial coidado cando lle expliquemos á clase o sucedido e como repercute isto no alumno.

Igualmente hai que estar máis pendente de determinados insultos ou comentarios que se producen ás veces e que ademais adoitan coller aos nenos e ás nenas doentes nun momento no que están máis irascibles e, por conseguinte, as súas reaccións adoitan ser máis violentas.

Os docentes deben estar un pouco máis atentos do habitual e cortar as interaccións que poidan ofender ou ir en contra do doente, e igualmente cortar as reaccións agresivas dos doentes cara aos seus compañeiros.

10. A AULA: ACCIÓNS ESPECÍFICAS

- *Facilitar a reincorporación ás rutinas:*

Ao principio as rutinas van verse interrompidas: é razoable que o alumno saia, que lle custe coller o ritmo, que non queira xogar cos seus compañeiros no recreo, etc.

Aos poucos estas situacións excepcionais iranse reducindo ata que recupere a normalidade. Se o neno desexa participar normalmente nas rutinas desde o principio ou non mostra indicios que fagan pensar que non é capaz de integrarse nelas, debemos introducirlle con flexibilidade. Hai que procurar que as siga dende o inicio, se é que pode, nunca obrigándolle nin chamándolle a atención por non poder seguilas á perfección ou como o facía antes do dó. O ideal é recuperar as rutinas canto antes xa que sabemos que estas axudan a dar normalidade á vida do neno, pero sen deixar de ser flexibles ante posibles dificultades.

- *Traballar os sentimentos e proporcionar seguridade emocional:*

O docente debe facerlle saber ao neno que non está só e que entende que está en dó, que aparecerán emocións e sentimentos, que non ten que avergoñarse e que é normal que se sinta así.

É bo que o menor sinta que hai adultos cos que pode contar se necesita soporte ou contención emocional. Tamén é positivo que entenda que eses sentimentos de tristeza, soidade, angustia ou desamparo forman parte da existencia e que vai ser capaz de integralos na súa vida e seguir avanzando, que a súa vida non vai deterse ou interromperse polo feito de que se sinta así.

Podemos facer saber ao alumno que nós tamén estamos aflixidos pola súa situación e non ocultaremos a nosa tristeza ou preocupación. Non convén finxir que non pasa nada nin disimular as emocións no caso de que non podamos reprimilas.

- *Comunicación entre os distintos profesionais do centro:*

Debido a que o tema da morte pode ser delicado ou controvertido, convén que todos os docentes ou membros do colexio estean ao corrente tanto da situación do alumno como das accións que van levar a cabo, para non solaparse, repetirse e provocar certo abafío ao neno.

O ideal é que un dos adultos da contorna do neno, que teña boa relación con el, encárguese de coordinar a acción e descentralizar a información.

Se houber algunha intervención externa, por exemplo un servizo de saúde mental, é recomendable que esta tamén se coordine cos servizos implicados para ir todos na mesma dirección e axudar ao menor de forma máis eficaz.

- *Evitar mensaxes típicas ou frases feitas:*

Ollo coas mensaxes que lle deamos ao neno. Dinse moitas frases tópicas ao redor da perda: "non chores", "tes que ser forte", "xa verás como non pasa nada", "agora o avó está no ceo e está mellor", ..., e un número infinito de tópicos que tenden a dispararse tras unha morte.

Como vimos, sabemos que a miúdo este tipo de mensaxes cortan a expresión emocional ou responsabilizan ao neno de situacións familiares das que non debería facerse cargo. Tamén transmiten ideas erróneas por exemplo que a fortaleza non vai unida á tristeza ou ao pranto.



9. A AULA: ACCIÓNS ESPECÍFICAS

Ás veces non sabemos que dicir, pero na aula é moito mellor explicar ao neno non sei que dicirche, pero estou aquí para o que necesites, que dicirlle unha frase enlatada e carente de empatía.

- *Buscar un apoio ou referencia concreta para o menor:*

O máis común é que o dó nos nenos e nenas se resolva de forma normal. Por iso, se deixásemos que todo seguise o seu curso, probablemente o menor acabaría resolvendo o seu dó de maneira exitosa e aprendería as habilidades de afrontamento necesarias para encarar outras mortes ao longo da súa vida.

Aínda que a resolución vaia a ser adecuada na maioría dos casos, é importante que os menores sintanse acompañados nese proceso por varios adultos do centro escolar, pero que teñan unha persoa concreta de referencia á que acudir en caso de dificultade, bloqueo, momento crítico ou calquera eventualidade que poida xurdir.

O ideal é que esa persoa sexa alguén con quen teña confianza e a quen estea unidos.

No caso dos adolescentes, esta figura é aínda máis importante, non podemos esquecer que con frecuencia, o feito de sentirse diferentes do grupo fai que os menores se vaian quedando illados, polo que necesitarán a esa figura para desafogarse, se non queren compartir cos seus compañeiros o que lles está pasando por medo a que non lles entendan.



11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

LIBROS E CONTOS

- “Para sempre”

Autor: Durant, A. e Giori, D. | Editorial Timun Mas | 2004

Conto con preciosas ilustracións, recomendado para Educación Infantil.

Un grupo de amigos formado por unha londra, un topo e unha lebre perden ao seu amigo e compañeiro o zorro. El libro percorre as emocións dos animais e os seus recordos vividos co zorro, que lles fan atravesar distintos estados ata elaborar un recordo homenaxe feliz do seu gran amigo.

- “Nana Vella”

Autor: Wild, M. | Edicións Ekaré | 2003

Conto recomendado para Educación Infantil.

Esta historia está protagonizada por dúas porquiñas, neta e avoa, que comparten a súa vida. Un día a avoa dáse de conta de que xa é moi maior e que é probable que o seu final estea cerca, e fai un repaso xunto coa súa neta para asegurarse de que todo vai estar en orde antes de morrer.

- “Non é sinxelo, pequeno esquío”

Autor: Ramón, E. e Osuna, R. | Editorial Kalandraka | 2003

Primeiros cursos de Educación primaria ou últimos cursos de infantil.

É a historia dun pequeno esquío que perdeu á súa nai, vai percorrendo as distintas emocións do pequeno esquío e as dúbidas que lle van xurdindo xunto cun moucho e o pai do esquío, que fala dende a súa propia experiencia de cando el mesmo perdera aos seus pais.

- “O xardín do meu avó”

Autor: Pierola, M. e Gil Vila, M.A. | Editorial Bellatierra | 2007

Precioso conto recomendando para os últimos cursos de Educación Primaria.

É a historia da relación dun avó co se neto a través do xardín que ten o primeiro.

Ao longo do texto imos percorrendo o ciclo da vida e como outros seres vivos nacen, crecen e morren.

- “Jack e a morte”

Autor: Bowley, T. e Pudalov, N. | Editorial Oqo | 2012

Conto dirixido a Educación Primaria.

En previsión da morte da súa nai, que está moi enferma, Jack sae da súa casa e consegue atrapar á morte con enganos. O libro narra que ocorre cando non existe a morte e as consecuencias de que ningún ser vivo poida morrer.

11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

- "O pato e a morte"

Autor: Erlbruch, W. | Barbara Fiore Editora | 2010

Útil para Primaria, cando xorden as primeiras preguntas sobre a morte.

Un gran libro onde veremos o encontro entre a vida e a morte a través dun pato que se atopa coa Morte, quen leva ao seu lado dende sempre. O libro narra a viaxe de ambos ata o desenlace final, no que o pato morre tras ter vivido moitas cousas.

- "O corazón e a botella"

Autor: Oliver, J. | Editorial Fondo de Cultura Económica | 2010

Recomendado de 6 e 12 anos.

Non é un libro que aborde directamente o tema da morte, pero si que pode axudar a lograr que os nenos e as nenas que se atopen bloqueados ou non están a expresar os seus sentimentos, se abran emocionalmente, xa que narra como a protagonista garda un corazón nunha botella para non sufrir, pero ao facelo, pérdese moitas cousas bonitas da vida.

- "A balada do rei e a morte"

Autor: Jekkes, H. y Meindert, K. | Adriana Hidalgo Editora | 2011

Un libro interesante para os primeiros cursos de Educación Infantil e primaria.

O rei da selva tenlle medo á morte e, coma no libro "Jack e a morte", o seu reino convértese nunha terra que padece a enfermidade da inmortalidade. O libro recolle a necesidade da morte e as consecuencias de que non exista a morte.

- "A avoa de arriba e a avoa de abaixo"

Autor: De Paola, T. | Ediciones SM | 2002

Educación Primaria.

O conto narra a historia dun neno e a relación coa súa avoa e a súa bisavoa. O neno, chama "a avoa de arriba" á bisavoa, porque sempre está na cama, e "a avoa de abaixo" á avoa que está na cociña. Ambas morren en distintos momentos e o neno ponse triste, aínda que non entende moi ben que é morrer.

- "Inés azul"

Autor: Albo, P. | Editorial Thule | 2009

Para Educación Primaria.

Inés vai sempre á praia con Miguel, pero un día Miguel morre e a explicación que lle dan non consegue convencela e formúlase distintas explicacións

- "A árbore dos recordos"

Autor: Teckentrup, B. | Editorial Nube ocho | 2013

Educación Infantil e Primaria.

11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

Zorro está canso e deitase para morrer. Os seus amigos animais vanse achegando a el., como nunha homenaxe, e comparten os seus recordos con Zorro, que sempre se portara moi ben con todos eles.

- “Cuarteiróns de laranxa”

Autor: Portier, N. e Legendre, F. | Editorial Tandem | 2008
A partir de segundo de Educación Primaria.

Petra é unha nena que vive nun pobo de Andalucía e ten unha relación moi especial co seu avó, que todas as mañás lle da uns cuarteiróns de laranxa. Un día, ao volver a casa, o avó está morto e non está onde acostumaba. Trátase dun libro que permite explorar e traballar as emocións trala perda.

- “Mamá marchou”

Autor: Hein, C. | Ediciones SM | 2005

Pódese usar ao final de Primaria e ao principio de Secundaria.

Conta a historia dunha nena e os cambios que sofre trala morte da súa nai, é un relato de como aprende a vivir sen ela.

- “Fazulas vermellas”

Autor: Janisch, H. | Lóguez Ediciones | 2006

A partir de Secundaria.

Neste libro vemos como un avó conta contos ao seu neto, aínda que na realidade é unha homenaxe ao avó, que xa morreu pero o neto segue escoitando as súas historias.

- “Un monstro ven a verme”

Autor: Ness, P. | Editorial Nube de Tinta | 2016

A partir de Secundaria.

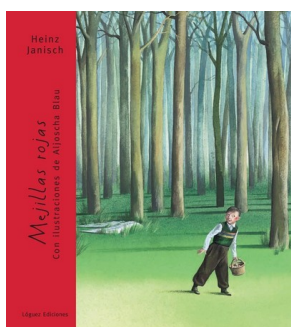
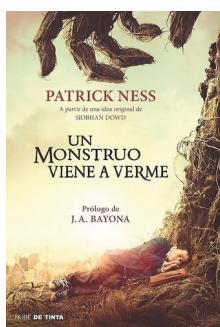
Sete minutos despois da medianoite, Conor desperta e se atopa un monstro na ventá. Pero non é o monstro do pesadelo que ten case tódalas noites dende que a súa nai comezou co tratamento. Non, este monstro é algo diferente, antigo e quere o máis perigoso de todo, a verdade. Un libro que fala da nosa dificultade para aceptar as perdas.

- “Como é posible? A historia de Elvis”

Autor: Schössow, P. | Lóguez Ediciones | 2006

Recomendado para cursos de Educación Infantil e inicio de Primaria.

A protagonista deste libro ten que afrontar a morte da súa mascota, un paxariño. É un libro onde se recollen as emocións asociadas ao dó e a perda.



11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

PELÍCULAS

- "Bambi"

Hand, D. (1942)

Debuxos animados

Bambi o cervato perde á súa nai a mans duns cazadores. Nesta película hai moitas preguntas que se poden traballar cos máis pequenos:

Que lle pasa á nai de

Bambi? Quen coida de

Bambi?

Quen te coida a ti?

Que pasaría si a túa nai ou o teu pai non puideran coidarte?

Quen máis te podería coidar?

- "O rei león"

Alles, R. y Mincoff, R. (1994)

Debuxos animados

Simba ten que enfrontarse á morte do seu pai, o rei Mufasa, e ás emocións e á sensación de culpa que ten, que o seu tío Scar encargouse de transmitirlle.

Algunhas preguntas que podemos facer despois de ver a película son:

Que lle pasa ao pai de Simba?

Como se sinte Simba trala estampida?

Que crees que sinte Simba e que lle fai apartarse da súa familia?

Que lle pasa á nai de Simba?

- "En busca do val encantado"

Freudberg, J. e Geiss, T. (2007)

Debuxos animados

Piecitos é un dinosauro que perde á súa nai nas fauces dun T-Rex e ten que emprender unha gran viaxe para chegar a terras seguras, xa que as súas terras foron invadidas por outros dinosauros carnívoros. Ao final fórmase un grupo de dinosauros orfos que deben axudarse para superar as dificultades que se atopan.

Algunhas preguntas que podemos formular:

Que lle pasa á mamá de Piecitos?

Como son os amigos de Piecitos?

Por que son importantes os amigos? Como crees que sente Piecitos?

Piecitos?

Que teñen en común os amigos de Piecitos?

Coñeces a algún neno igual que Piecitos, que non teña mamá porque se morreu?

11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

- “Mi chica” Zieff, H. (1991)

Recomendado para a preadolescencia

Esta película ten moitas cousas que podemos utilizar para traballar a perda. Veda é unha nena obsesionada coa morte, á que está ligada por dous motivos: a súa nai faleceu e o seu pai dirixe unha funeraria. A película narra a súa vida en compañía do seu mellor amigo.

Algunhas reflexións que se poden facer tras a proxección son:

Quen conforma a familia de Veda?

Que traballo ten o pai de Veda?

Que é unha funeraria? Por que é importante que haxa funerarias? Cal crees que é o obxectivo destes lugares?

Que lle pasa ao amigo de Veda?

Creces que esas cousas pasan ou só ocorren nas películas? Que emocións ten Veda?

Creces que Veda ten medo á morte?

Que lle di o seu pai sobre o que lle pasa ao seu mellor amigo?

- “Buscando a Nemo”

Stanton, A. e Unkrich, L (2003)

Infantil e Primaria

Nemo é un peixe pallaso moi protexido polo seu pai, que ten moito medo tras a morte da nai de Nemo. Todo cambia cando Nemo é capturado e ten que saír na súa busca. Algunhas reflexións que podemos facer van na seguinte liña:

Que teme o pai de Nemo?

Por que crees que é tan protector e asústase tanto? Que lle pasou á mamá de Nemo?

- “Ponette”

Doillon, J. (1996)

Adolescencia

Narra a historia dunha nena de catro anos que perde á súa nai nun accidente de coche. Narra as emocións, o desamparo e a desolación que experimenta a nena mentres está cos seus curmáns e os seus compañeiros. É a loita da inocencia dunha nena de 4 anos que non comprende que é a morte, fronte ao mundo adulto que tenta que se resigne a non volver vela nunca máis. Algunhas preguntas que se poden facer son:

Que pasa?

Por que crees que Ponette é incapaz de entender a morte?

Que emocións recoñeces en Ponette?

Como tentan axudar os curmáns e os compañeiros? Que fai o pai?

Como negocia Ponette con Deus e que lle pide?

Creces que iso é posible?

11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

- "Planta 4a"

Mercero, A. (2003)

Adolescencia

A película narra a vida cotiá dun grupo de xoves, "os pelóns", que permanecen ingresados na planta de Oncoloxía dun hospital: os seus medos, fortalezas, soños y como se comportan durante o transcurso da enfermidade. Algúns aspectos que se poden traballar son:

Que enfermidade teñen en común?

Como é cada un?

Por que hai persoas que sobreviven ao cancro e outras que non o fan? O cancro é sinónimo de morte?

Que lle pasa a Pepino?

Como se senten os seus amigos?

Coñeces persoas que teñan superado o cancro?

Coñeces persoas que teñan falecido por mor do cancro?

Que emocións es quen de detectar nos distintos personaxes?

- "O home bicentenario"

Columbus, C. (1999)

Adolescencia

Andrew é un robot doméstico mercado por unha familia. É un robot especial, porque pode experimentar emocións e sentimentos. Andrew vai vivindo como as persoas que o mercaran van morrendo, pero el. segue con vida. Entaboa unha relación especial con Portia, unha das netas da filla da familia orixinal. Portia vaise facendo vella e Andrew segue a manterse nova, polo que pide facerse vello e morrer sen saber cando vai suceder isto.

Algúns aspectos que podemos traballar con esta película son:

Como te sentirías se non te fixeras vello ao ver que os teus seres queridos van morrendo?

Cres que é importante morrer?

Que pasaría se ninguén morrera?

Que emocións experimentan os personaxes?

Que pasaría se non tiveramos sentimentos?

Dáche medo morrer?

- "Frankenweenie"

Burton, T. (2012)

Debuxos animados | Recomendado para últimos cursos de Primaria

O mellor amigo de Víctor, un can chamado Sparky, morre nun accidente ao botar a correr tras dunha pelota. Víctor consegue revivilo e outros compañeiros obríganlle a a resucitar a outras mascotas, causando un gran problema no pobo no que eles viven.



11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

Que lle pasa a Sparky? Como o resucita Víctor?

É posible resucitar e volver vivir?

Que pasa co resto das mascotas? Ao final que pasa coas mascotas?

Sabes o que hai que facer cando morre unha mascota?

- "A noiva cadáver"

Burton, T. e Johnson, M. (2005)

Debuxos animados | Recomendado para os últimos cursos de Primaria

Nervioso polo ensaio da súa voda, Víctor foxe ao bosque e coloca o anel de compromiso no que el cre que é unha rama, pero que en realidade é o dedo dunha muller morta que quere reclamar a unión e leva a Víctor ao mundo dos mortos. Podemos usar algunhas destas preguntas para centrar o traballo:

Onde lle pon o anel Víctor a Emily?

Que é un cemiterio?

Crees que os mortos se poden casar ou vir esixir cousas?

Asústanche os mortos?

Que emocións podes atopar na película?

- "Up"

Docter, P. (2009)

Debuxos animados | Recomendado para alumnos de Secundaria

Carl é un ancián que perdeu á súa muller, Ellie, quen faleceu tras unha enfermidade.

Toda a vida aforraron para ir visitar as cataratas Paraíso, un lugar onde un ídolo da súa infancia correu mil aventuras. A película móstranos a un ancián gruñón que se embarca nunha rocambolesca viaxe cun neno, Russell, como compañeiro accidental.

Algunhas cousas sobre as que podemos reflexionar:

Que lles pasa a Carl e a Ellie cando tentan ter fillos? Que lle pasa a Ellie?

Como pensas que sente Carl?

Era igual Carl de mozo?

Cales son os motivos polos que crees que Carl non quere tocar nada da casa? Como é Russell?

Quen adoita coidar de Russell?

Que emocións crees que comparten?



11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

- "O club dos poetas mortos" Weir, P (1989)
Menores que xa cursan Educación Secundaria.

Un grupo de alumnos dun colexio masculino moi elitista descubren a poesía e as emocións grazas ás clases dun profesor pouco convencional. Durante a película un dos alumnos da clase se suicida, ao ser incapaz de que a súa familia respecte e autorice os seus plans de futuro, que pasan pola interpretación. É unha película moi útil para traballar o suicidio e as emocións que rodean a perda dun compañeiro. Algunhas reflexións que se poden expor:

Que é un suicidio?

Que opinas dos suicidios?

Crees que sempre hai alternativas?

Como quedan os compañeiros?

Como sente Todd?

Que crees que sentirías se perdeses ao teu mellor amigo?

Que poderías dicirlle a un compañeiro que perdeu a un ser querido? Que che gustaría que che dixesen a ti se perdeses a alguén?

- "A miña vida" Bruce, J.R. (1993) Adolescencia

Nesta película, Michael Keaton, un gran executivo que acaba de decatarse de que vai ser pai, é diagnosticado dun cancro e vai recollendo recordos, experiencias, sensacións para poder deixarllas ao seu fillo aínda non nado, xa que existe a posibilidade de que nunca cheguen a coñecerse. Podemos abrir un debate cos adolescentes sobre:

Que emocións suscítanos?

É importante manter recordos das persoas queridas que faleceron? Que recordo ou legado gustaríalles deixar?

Como lles gustaría ser lembrados?

Como elaborarían eles ese legado de recordos, imaxes, sensacións,...?

Traballaremos como poñerse en ambas as situacións: a dun pai que non vai coñecer ao seu fillo ou que vai gozar pouco del e a dun fillo que perde a un pai ou que nunca chegou a coñecelo: que emocións, sensacións, ideas van xurdindo.



11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

- “Tomates verdes fritos” Aynet, J. (1992)

Preadolescentes

A vida de Ninny viuse marcada pola morte do seu irmán e iso fíxolle configurar unha personalidade e unhas vivencias que trata de transmitir a Evelyn, unha muller que sente inútil e á que axuda a mostrarse máis asertiva e valorada. Pódense traballar algunhas cousas a través desta película:

Como crees que afecta a morte a Ninny?

Unha morte márcanos?

Que emocións detectas na película?

Como axudarías a un amigo que perdeu ao seu irmán?

- “A tumba dos vagalumes” Takahata, I. (1988)

Película xaponesa de animación, que tamén se rodou con actores reais.

Recomendada para adolescentes.

A película é algo lenta no seu desenvolvemento, así que precisa de certo grao de madurez da aula. É a historia de dous nenos afectados pola Segunda Guerra Mundial. Un día, tras un bombardeo, non conseguen reencontrarse coa súa nai á que atopan despois malferida nun hospital improvisado. A nai falece e é o irmán maior, un adolescente, quen debe facerse cargo da súa irmá pequena de catro anos. A película narra o inferno destes dous nenos tras os bombardeos masivos dos estadounidenses en Xapón. A película ten un desenlace moi duro e require que os adolescentes sexan o suficientemente maduros como para chegar a unha reflexión profunda sobre o tema.

Podemos facer algunhas preguntas que guíen o debate:

Paréceche inxusta a morte da nai?

É xusto que Seita coide da súa irmá Setsuko? Que representan os vagalumes?

Como crees que afectan as grandes catástrofes á poboación? Coñeces algunha catástrofe que se cobrou moitas vidas?

Como crees que afecta a morte da nai a cada neno?

Crees que se debe ocultar a morte a un neno cando este é moi pequeno?

- “Os descendentes” Payne, A. (2011)

Adolescencia

Trátase dunha película complexa, pero a parte que nos interesa é un accidente que deixa á esposa de George Clooney e nai de dúas nenas nun estado de morte cerebral. A historia narra a negación e o enfado dunha das fillas, as emocións atopadas e a condena polos seus últimos actos, e a despedida e a aceptación dun testamento que esixe a desconexión do soporte vital para eses casos. Algunhas preguntas para traballar cos nosos alumnos:

Como senten os distintos

familiares? Como ves o enfado da

filla maior?

Que opinas dos testamentos vitais?

Crees que se deben usar os testamentos vitais?

11. RECURSOS ÚTILES PARA OS DOCENTES

- "O neno co pixama de raias" Herman, M. (2008)

Adolescentes

Bruno, fillo do comandante dun campo de concentración, coñece a Shmuel, un neno xudeu que vive alén do aramado. Ambos teñen vidas paralelas moi distintas. Poderíamos utilizala para reflexionar acerca de:

Que che suxiren as mortes do campo de concentración?

Que che parecen os holocaustos ou xenocidios?

Coñeces actualmente algún xenocidio ou morte con características similares?

Dáche medo a morte?

Crees que a xente que vai morrer pasa medo?

Que emocións suxíreche a película?

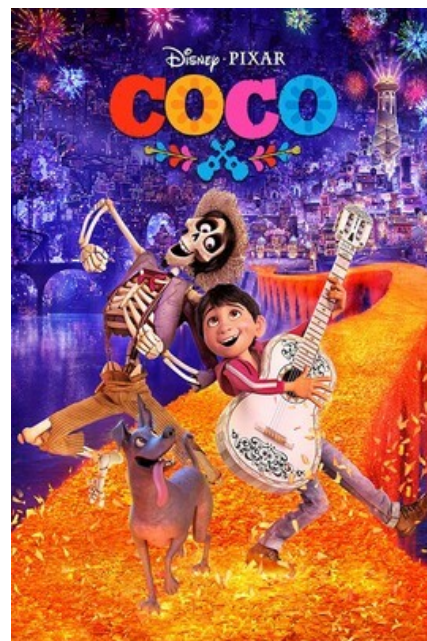
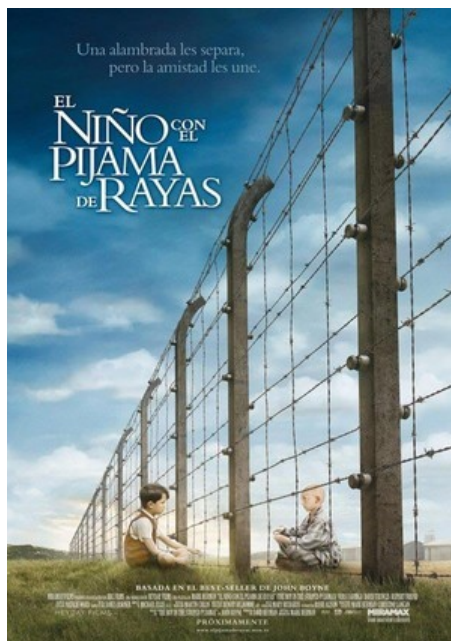
Crees que os nenos entenden o que pasa?

Crees que os nenos entenden a morte?

- Coco Le Unkrich (2017) Animación.

Infantil e Primaria.

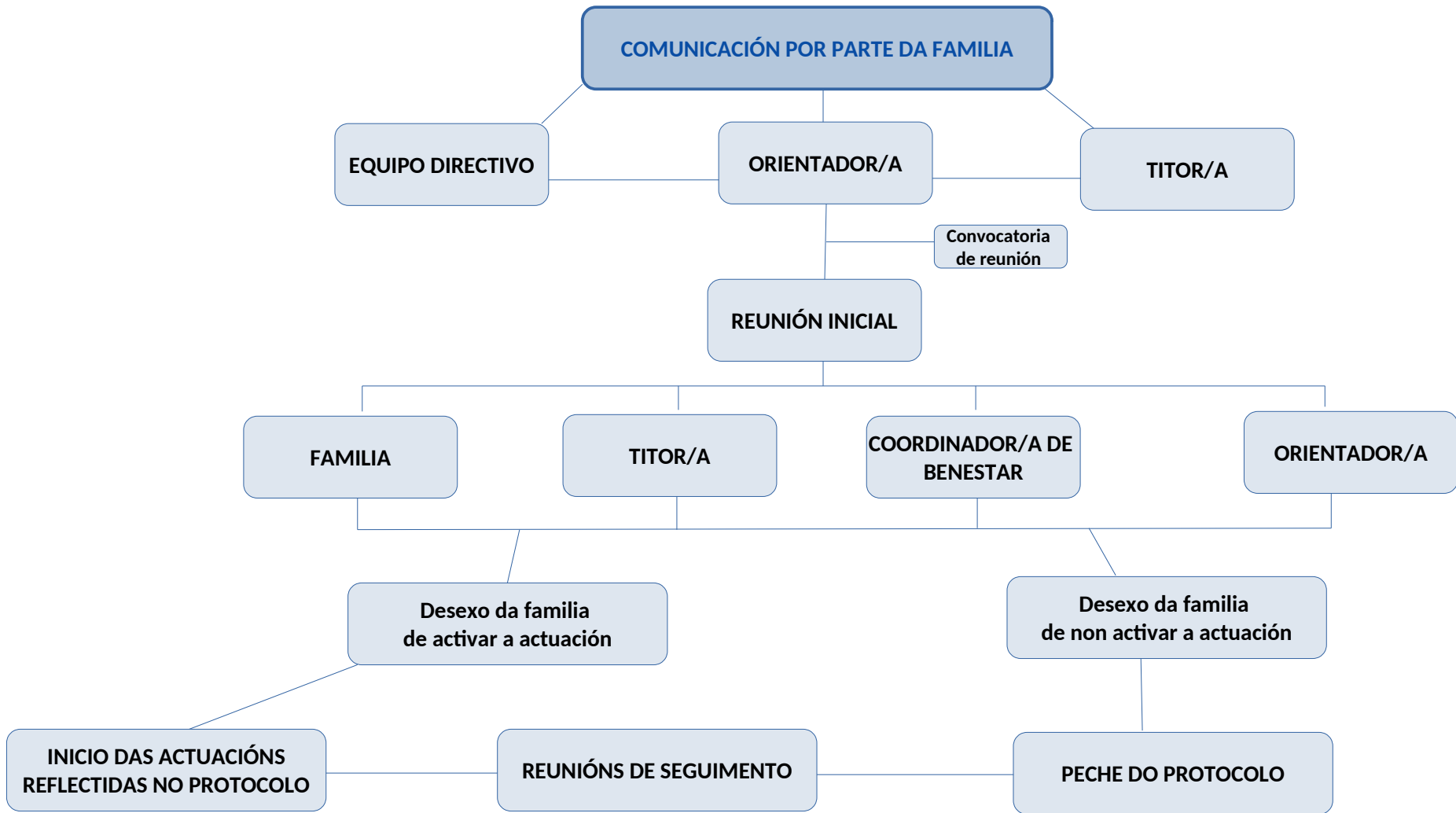
Miguel, un mozo de doce anos que é transportado accidentalmente ao mundo dos mortos, onde busca axuda para atopar ao seu tataravó músico falecido e así poder volver coa súa familia de entre os vivos e que esta quite a prohibición que impón aos seus membros sobre tocar música.



12. PLAN DE ACTUACIÓN DO CENTRO

Paso	Axentes Involucrados	Procedemento
Comunicación da Familia	<ul style="list-style-type: none"> • Equipo Directivo • Orientador/a • Titor/a 	O protocolo activarase cando a familia do estudante comunique ao persoal da escola sobre a perda. No prazo de 24 horas, o equipo de apoio designado reunirse para planificar.
Reunión coa familia	<ul style="list-style-type: none"> • Equipo Directivo • Orientador/a • Titor/a • Familia 	Nesta reunión inicial debe explicarse a existencia do protocolo e as actuacións que se activan no caso de que a familia o considere oportuno. No caso de non querer actuar, péchase o protocolo.
Identificación e Seguimento	<ul style="list-style-type: none"> • Orientador/a • Titor/a do estudante afectado • Coordinador/a de benestar emocional 	Nas seguintes 24 horas, identificarase ao estudante afectado e asignarase un membro do persoal de apoio como punto de contacto principal. Manterase un seguimento próximo do seu benestar.
Recursos adaptados para o alumnado	<ul style="list-style-type: none"> • Orientador/a, • Coordinador/a de benestar emocional • Responsable da biblioteca. 	No prazo dos primeiros tres días, proporcionarase libros ilustrados e recursos audiovisuais sobre o loito. Organizaranse actividades creativas para axudar ao alumnado a expresar as súas emocións. Algúns libros recomendados inclúen: "O árbore dos recordos", "O balón", "A estrela do mar", "A casa máis grande do mundo", "O elefante".
Sesións de orientación e apoio	<ul style="list-style-type: none"> • Orientador/a, • Coordinadora de benestar emocional. • Mestres/as de apoio 	Ofrecer sesións de orientación individual ou en grupos pequenos para ofrecer apoio emocional e promover o benestar dos estudantes afectados polo loito.
Reunión de seguimento e Avaliación	<ul style="list-style-type: none"> • Equipo Directivo • Orientador/a • Coordinador/a de benestar emocional • Titor/a • Familia 	Realizar un seguimento regular do progreso do estudante, revisar a implantación do protocolo e realizar axustes segundo sexa necesario para garantir un apoio continuo e efectivo.
Abordaxe da morte no currículo	<ul style="list-style-type: none"> • Equipo Directivo • Mestres/as de todas as materias 	Integraranse temas relacionados coa morte e o loito no currículo escolar no prazo das dúas semanas posteriores á activación do protocolo. Diseñaranse actividades educativas específicas.

PROTOCOLO PARA A ATENCIÓN DO LOITO NA ESCOLA



13. BIBLIOGRAFÍA

- ♦ Fundación Mario Losantos del Campo (2016). Hablemos del duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes.
- ♦ Escuelas Católicas (2019). El duelo en el ámbito escolar. Guía para educadores.
- ♦ Xunta de Galicia (2018). A comunicación de malas noticias e o proceso de dó. Pautas de intervención para os centros educativos de Galicia.
- ♦ Ramos Álvarez Rodolfo (2015). El proceso de duelo en la escuela. Prevención, evaluación e intervención.
- ♦ Aranda Quirós Carolina (2014). El duelo infantil en la escuela. Protocolo de intervención. Comunidad de Madrid (2020). Protocolo de atención al duelo en la Comunidad de Madrid. Artículo: Duelo en mi aula.
- ♦ Comunidad de Madrid. Subdirección General de inspección educativa (2023). El duelo en el centro educativo. Actuaciones ante el fallecimiento de un miembro de la comunidad educativa.
- ♦ Generalitat Valenciana. Guía y orientaciones para la atención al duelo desde los centros educativos.
- ♦ Colegio de Médicos de Bizkaia (2017). Guía sobre el duelo en la infancia y la adolescencia. Formación para madres, padres y profesorado.
- ♦ Fundasil UNICEF. Manual de capacitación para acompañamiento y abordaje del duelo.

ANEXO VII

Protocolo de mediación

Protocolo de mediación

A mediación é unha estratexia de intervención imparcial para a resolución de conflitos, na que unha terceira persoa axuda ás partes implicadas a acadar un acordo satisfactorio para ambas as dúas. A través da mediación abórdanse conflitos dun modo cooperativo e favorece a aprendizaxe de habilidades e competencias sociais, fomentándose o diálogo e a colaboración como estratexias básicas na resolución de problemas, polo que deberá ser unha estratexia de uso habitual na xestión de conflitos, independentemente dos procedementos correctores adoptados nas condutas gravemente prexudiciais para a convivencia. O principal beneficio de adoptar a mediación fronte á sanción será precisamente o seu elevado poder educativo que posúe.

Como norma xeral a mediación formularase como un sistema complementario a outras posibles intervencións, considerándoa coma un proceso a través do cal cambia a relación entre as partes implicadas, e sobre todo, quen participa no proceso aprende e dáse conta que serve para solucionar e aclarar conflitos e chegar a acordos, podendo ser proxectado a situación novas.

A través da mediación desenvolveranse pois técnicas tan importantes como a escoita activa, de reformulación do escoitado e de extracción e aclaración da información, de xeito que a narración do conflito, unha vez ben contada e escoitada polas dúas partes, fai que estas poidan chegar a un acordo pacífico. É dicir, o mediador regula o proceso de mediación entre as partes, non se posiciona nin da solución sendo en todo momento totalmente neutral, de tal xeito que o poder de resolución do conflito terano os protagonistas.

Aínda no caso de que a través da mediación non se chegara a un acordo, a simple narración do conflito favorecida polo mediador, soe mellorar a relación entre as partes. Moitas veces, simplemente cunha escoita activa na que cada unha das partes aclara a situación, atópase por si mesma a solución positiva ao problema, polo que se tratará de formar ao alumnado na liña de que sexan eles mesmos os que sexan capaces de mediar espontaneamente ante os conflitos nos que se poidan ver inmersos.

Para poder empregar esta estratexia con efectividade, e seguindo a normativa vixente, creárase un **equipo de mediación** no centro que terá como funcións fundamentais a de formarse no eido da mediación así como a de realizar mediacións entre as dúas partes que

teñan un conflito e que non cheguen a unha transformación satisfactoria do mesmo polos seus propios medios.

A comisión de convivencia proporá ao director os membros do equipo de mediación que poderán ser alumnos/as e/ou mestres. Unha posibilidade podería ser que o xefe de estudos asigne os mediadores en función da gravidade do conflito (nos caos leves os mediadores serán nenos; nos casos graves serán mestres).

Os compoñentes do equipo de mediación terán as seguintes características de funcionamento (o equipo directivo garantirá o exercicio da mediación e facilitarase a conciliación ou a mediación para a resolución pacífica de conflitos):

- Tanto alumnos como mestres/as poderán actuar como mediadores nun determinado conflito dependendo da complexidade do mesmo.
- Os mediadores/as deberán ter recibido formación previa sobre o procedemento da mediación.
- Os mediadores/as aceptarán as responsabilidades propias de pertencer ao equipo de mediación.
- O mediador/a non deberá ser parte implicada directa ou indirectamente no conflito que se vai mediar para favorecer a neutralidade pero, ao mesmo tempo, deberá contar coa confianza das partes ou con certo respecto e recoñecemento social.
- O mediador/a deberá amosar actitudes favorables ao diálogo, á comprensión e á axuda, fomentando a escoita activa empática. Esta escoita basearase no resumo por parte do mediador das expresións e posturas de cada unha das partes. Para facilitar esta escoita activa será conveniente empregar preguntas abertas co fin de ampliar a resposta e non limitala a un si ou a un non, amosar interese polo que están contando as parte, clarificar, parafrasear, reflectir e resumir.
- O mediador/a deberá amosar paciencia, non ter présa en chegar a acordos, senón dar o tempo suficiente e necesario a cada fase da mediación.

Pautas de actuación para derivar un caso de conflito cara a mediación e características dos conflitos que se resolverán por mediación:

Como norma xeral, **adoptarase a mediación como estratexia** de resolución de conflitos nos seguintes casos:

- Conflitos nos que as dúas partes a solicitan ou a aceptan unha vez que se lles propón.

- Naqueles conflitos de relación non resoltos entre as partes polos seus medios.
- Ante problemas disciplinarios non considerados graves.
- Cando non existe un desequilibrio especial e de capacidades comunicativas e de personalidade entre as dúas partes.
- Cando o alumnado en conflito teña boa disposición para chegar a un acordo.

Como norma xeral **non estará indicada** a mediación nos seguintes casos:

- Na comisión dalgunhas das condutas tipificadas como gravemente prexudiciais para a convivencia. Estes conflitos requirirán doutro tipo de intervencións, e polo tanto, no caso de que un conflito destas características chegase ao servizo de mediación do centro, este deberá ser derivado ós órganos competentes do centro para resolver.
- Cando as diferenzas ou desequilibrio entre as partes en conflito sexan insalvables ou a desaconsellen.
- No caso no que o mesmo alumno/a utilice reiteradamente o proceso de mediación durante o mesmo curso escolar sen obter resultados positivos (non se cumpre o pactado).
- Cando exista polas partes falla de confianza e credibilidade no proceso de mediación.
- Cando as partes non desexan ir á mediación.

Para que o procedemento de mediación sexa axeitado deberanse respectar as seguintes premisas:

- **Intimidade.**- As persoas mediadas non deberán ser forzadas a contar o que non queiran contar, polo que se tratará de buscar sempre un compromiso de sinceridade e honestidade entre as partes.
- **Liberdade de expresión.**- Cada persoa expresará todo o que desexe ou precise respectando que os demais tamén o fagan, incluso naqueles casos nos que non guste o que se escoita. En calquera caso, deixarase moi claro que a liberdade de expresión é incompatible cos insultos ou agresións do tipo que sexan.
- **Compromiso de diálogo.**- As persoas mediadas deberán aceptar e favorecer as condicións propias para manter un diálogo, expresándose con liberdade así como escoitar sen interromper ao outro.
- **Confidencialidade.**- Non será obrigatorio facer público o feito de que se está a facer unha mediación, posto que son servizos que se ofrecen dentro dun plan de centro e polo tanto pódense empregar cando se considere necesario. Sen embargo, cando se inicie un procedemento de mediación si convén comunicarllo ao titor/a e/ou á que

suxeriu a intervención. No caso de problemas disciplinarios, porase o caso en coñecemento da xefatura de estudos coa finalidade de actuar de maneira coordinada e seguindo as normas de organización e funcionamento do centro. No que se refire ás familias, no caso de que o seu fillo estivese implicado nun conflito no que fose preciso a mediación, pódese comentar como un tema máis dentro dunha entrevista ordinaria pero, en todos os casos, transmitirase só información sobre os acordos tomados.

En función do exposto anteriormente fórmulanse as seguintes **directrices básicas** a seguir á hora de iniciar un proceso (protocolo) de mediación.

1. Un proceso de mediación porase en marcha cando as partes implicadas nun conflito o demanden ou cando un mestre/a considere que é o procedemento máis axeitado para resolver o conflito (tendo en conta e respectando os criterios expostos nas liñas anteriores), sendo obxecto de mediación todas aquelas cuestións entre os membros da comunidade educativa que afecten á convivencia (non deberían incluírse na mediación supostos de violencia grave, uso de armas, drogas, violencia física de gravidade,...).
2. A solicitude de mediación farase ante o xefe/a de estudos ou ante o director/a, indicando o motivo da solicitude.
3. Unha vez informada a dirección ou a xefatura de estudos do conflito, dende esta proporase a persoa máis axeitada para actuar como mediadora entre as partes de entre as persoas que forman parte do equipo de mediación do centro, fixando tamén o día e a hora para iniciar o procedemento de mediación.
4. A mediación realizarase o antes posible, tratando de que transcorra o menor tempo posible entre o momento do conflito e o procedemento de mediación.
5. O mediador asignado buscará un espazo no centro para realizar o proceso de mediación. Este espazo deberá ser neutral e dispoñer das condicións necesarias para poder desenvolver o proceso con tranquilidade e velando pola intimidade e confidencialidade das partes e do que alí se trate.
6. O procedemento de mediación rematará satisfactoriamente cun acordo entre as partes. O acordo acadado na mediación deberá reflectirse por escrito e ser firmado polas dúas partes, podendo reflectirse no acordo a realización dun seguimento do mesmo.
7. Unha vez finalizado o procedemento de mediación o mediador comunicará á xefatura de estudos o resultado final da mediación. Se co proceso de mediación se solucionou o conflito entre as partes implicadas dáse por finalizado e solucionado o conflito informando do proceso á xefatura de estudos a cal levará un rexistro dos procesos de

mediación realizados e das partes implicadas para controlar deste xeito a efectividade da mediación e rexistrar as posibles reincidencias. No caso contrario de que o conflito non se solucione a través da mediación derivarase o caso á xefatura de estudos para que inicie o procedemento corrector que se considere máis axeitado.

ANEXO VIII

Programas de voluntariado

Programas de voluntariado

Brigada verde

Os alumnos de 2º de primaria encargaranse de formar a "brigada verde" do patio. Durante o recreo irán polo patio con dúas funcións:

- Orientar ao resto de alumnos sobre o colector onde deben tirar o lixo.
- Recoller aqueles desperdicios que puidera haber polo patio.

Para facilitar a compostaxe é necesario ir engadindo fracción seca ou material marrón (pequenas ramas, follas secas, etc...) Así que xunto ao compostoiro haberá unha pequena zona de almacenaxe dese tipo de follas e ramas. A brigada verde poderá recollelas polo patio para depositalas alí.

Equipo de mediación:

Formado por alumnado de 4º a 6º que de xeito voluntario decide recibir a formación para ser mediadoras/es de conflitos.

Este alumnado estará a disposición do resto de compañeiras/os do colexio para resolver pequenas discusións e conflitos e poderá ser requirido polo equipo directivo para intervir en incidentes entre alumnado que non teñan un grao de gravidade elevado.

Voluntarios de xogos de mesa no patio:

Unha das demandas do alumnado na súa enquisa de benestar emocional realizada en 2024 foi a de poder practicar xogos de mesa no patio.

Para dar resposta a esa demanda créase o programa de voluntariado para xestionar os xogos de mesa no tempo de recreo.

Cada ciclo terá o seu equipo propio que se encargará de:

- **Organización e Mantemento dos Xogos:** Os voluntarios serán responsables de preparar os xogos de mesa antes do recreo e de supervisar a recollida posterior. Tamén garantirán que todos os xogos están en boas condicións, substituindo ou reparando calquera peza ou xogo danado.
- **Supervisión e Axuda:** Durante o recreo, os voluntarios supervisarán as actividades para asegurarse de que todos os estudantes están xogando de maneira xusta e respectuosa. Ademais, estarán dispoñibles para explicar as regras dos xogos e axudar aos compañeiros que teñan dúbidas ou dificultades.

- **Promoción da Participación:** Os voluntarios animarán aos estudantes a participar nos xogos de mesa, creando un ambiente acoledor e inclusivo. Poderán organizar torneos ou desafíos amigables para facer os xogos máis atractivos e dinámicos.
- **Rotación de Xogos:** Para manter o interese e a diversidade, os voluntarios planificarán a rotación dos xogos dispoñibles cada semana ou quincena. Isto asegurará que os estudantes teñan acceso a unha variedade de xogos diferentes ao longo do curso escolar.
- **Recollida de Suxestións:** Os voluntarios estarán abertos a recibir suxestións dos seus compañeiros sobre novos xogos que lles gustaría ter dispoñibles ou sobre melloras na organización. Estas suxestións serán recollidas e presentadas ao profesorado responsable para a súa posible implantación.
- **Coordinación con Profesorado:** Os equipos de voluntarios traballarán en estreita colaboración co profesorado de cada ciclo encargado do programa para asegurar unha boa coordinación e para resolver calquera problema que poida xurdir durante o tempo de recreo.
- **Promoción do Benestar e a Convivencia:** Un dos obxectivos principais do programa é fomentar o benestar emocional e a boa convivencia entre o alumnado. Os voluntarios serán modelos de comportamento positivo e colaborativo, promovendo a inclusión e o respecto mutuo.

ANEXO IX

Plan de Benestar emocional

- 1. INTRODUCCIÓN.**
- 2. PUNTO DE PARTIDA / ENQUISAS A FAMILIAS, PROFESORADO E ALUMNADO.**
- 3. ESTRATEXIAS PARA O ALUMNADO.**
- 4. ESTRATEXIAS PARA O PROFESORADO .**
- 5. ESTRATEXIAS PARA AS FAMILIAS.**
- 6. AVALIACIÓN**

1. INTRODUCCIÓN.

O benestar emocional de toda a comunidade escolar é esencial para o éxito académico e persoal do alumnado, así como para o desempeño eficaz do profesorado e o apoio constante das familias. Recoñecendo a importancia da saúde mental e emocional, este plan céntrase en crear un entorno escolar que fomente o desenvolvemento emocional positivo en todos os seus membros, proporcionando as ferramentas e o apoio necesario para que poidan afrontar e superar os desafíos da vida cotiá.

Este plan de benestar emocional está deseñado para abordar as necesidades específicas da nosa comunidade educativa, promovendo unha cultura de empatía, resiliencia e respecto. A través dunha serie de actuacións, actividades e recursos, buscamos integrar o benestar emocional no día a día, recoñecendo que unha comunidade escolar emocionalmente saudable é máis capaz de acadar o seu máximo potencial académico e persoal.

Empregamos como referencia a [Guía para o desenvolvemento do Plan de Benestar Emocional](#) que a Xunta de Galicia publicou en setembro de 2023.

Obxectivos do Plan de Benestar Emocional

- a) **Fomentar a conciencia emocional:** Axudar aos estudantes, profesorado e familias a identificar, comprender e expresar as súas emocións de maneira saudable.
- b) **Desenvolver habilidades de afrontamento:** Proporcionar estratexias e ferramentas para xestionar o estrés, a ansiedade e outros desafíos emocionais en todos os membros da comunidade escolar.
- c) **Promover a resiliencia:** Fortalecer a capacidade de alumnas/os, profesorado e familias para recuperarse das adversidades e adaptarse positivamente ás situacións difíciles.
- d) **Crear un entorno de apoio:** Establecer unha rede de apoio entre estudantes, docentes e familias para asegurar que todos os membros da comunidade se sintan valorados e comprendidos.
- e) **Integrar o benestar emocional no currículo:** Incorporar actividades e programas que promovan a saúde emocional dentro da educación diaria e nas relacións familiares.

2. PUNTO DE PARTIDA / ENQUISAS A FAMILIAS, PROFESORADO E ALUMNADO.

Para ter unha idea da situación actual da escola con respecto a esta temática, realizamos unha enquisa aos distintos membros da comunidade educativa (familias, profesorado e alumnado), nas que se formularon preguntas relacionadas co benestar emocional. A continuación amosamos os resultados da cada unha delas.

Respostas das familias

Cres que no centro nos preocupamos polo benestar emocional do noso alumnado?

1. 74 (61%): Bastante
2. 27 (22%): Moito
3. 20 (16%): Pouco
4. 1 (1%): Sen resposta
5. 0 (0%): Nada

Cres que existe unha boa comunicación entre a escola e as familias en relación ao benestar emocional do alumnado?

1. 52 (43%): Bastante boa
2. 37 (30%): Regular (mellorable)
3. 30 (25%): Moi boa
4. 2 (2%): Mala (moi mellorable)
5. 1 (1%): Sen resposta

É necesario que a escola estableza liñas de actuación para garantir o benestar emocional do alumnado?

1. 109 (89%): Si
2. 12 (10%): Non
3. 1 (1%): Sen resposta

Como cres que a escola afecta emocionalmente á túa filla/o na casa?

1. 78 (64%): Positivamente
2. 32 (26%): Moi positivamente
3. 9 (7%): Non lle afecta
4. 3 (2%): Negativamente
5. 0 (0%): Sen resposta

6. 0 (0%): Moi negativamente

Sentes que a escola ofrece recursos para o apoio emocional das nenas/os e das familias?

1. 83 (68%): Si
2. 37 (30%): Non
3. 2 (2%): Sen resposta

Que aspectos da escola te xeran coma nai/pai estrés ou malestar a nivel emocional?

As respostas máis repetidas e significativas son:

- As relacionadas co acoso/ciberacoso, medo a que o sufran ou que sexan partícipes en situacións de acoso a outras compañeiras/os.
- As tarefas e/ou exames en épocas puntuais.
- Hai varias referencias á necesidade de mellorar a comunicación entre escola e familias.
- Actividades nas que teñen que participar as familias (obradoiros, disfraces)
- As actividades complementarias e extraescolares, como o comedor e as actividades de tarde, sobre todo pola mestura de idades.

Que accións ou programas específicos cres que deberíamos implantar na escola para mellorar o benestar das nenas/os e familias?

Nesta cuestión houbo bastante unanimidade, as respostas máis repetidas e significativas son:

- As relacionadas coa formación que debemos dar sobre a identificación de emocións, a xestión das mesmas e tolerancia á frustración.
- Como no apartado anterior, mellorar a comunicación. Faise referencia a manter reunións periódicas coas familias para valorar as relacións de aula.

Conclusións:

As familias, como non podía ser doutro xeito, danlle moita importancia ao benestar emocional, e, aínda que hai un bo concepto de como se afronta esta temática na escola, hai unha porcentaxe significativa de persoas que perciben que podemos facer algo máis, sobre todo no referente á comunicación e á formación en educación emocional do alumnado.

Respostas do profesorado

Por norma xeral, como te sentes ao comezar a túa xornada laboral?

1. 10 (59%): Motivada/o e feliz
2. 6 (35%): Cun estado neutro
3. 1 (6%): Sen resposta
4. 0 (0%): Estresada/o
5. 0 (0%): Preocupada/o

Que aspectos do traballo che xeran máis satisfacción emocional?

As respostas máis frecuentes son:

- Ver a progresión do alumnado
- Que alumnado goce das sesións e se lle vexa motivado.
- Poder servir de axuda a familias, nenos e profesorado.

Experimentaches estrés ou ansiedade relacionados co traballo recentemente?

1. 13 (76%): Si
2. 3 (18%): Non
3. 1 (6%): Sen resposta

Que aspectos che poden xerar estrés na escola?

Con respecto a este apartado, ao profesorado xéralle estrés (respostas máis repetidas e significativas):

- As conmemoracións, avaliación
- A parte burocrática
- A coordinación
- O ruído.
- A preparación de material e a falta de tempo para poder adaptalo a todas as necesidades.
- A cantidade de adaptacións que hai que preparar debido á diversidade que hai nas aulas.

Sentes que tes apoio das túas compañeiras na escola cando o precisas?

1. 15 (88%): Si
2. 2 (12%): Sen resposta
3. 0 (0%): Non

Sentes que tes apoio por parte do equipo directivo cando o precisas?

1. 15 (88%): Si
2. 2 (12%): Sen resposta
3. 0 (0%): Non

Como che afecta a nivel emocional a relación co alumnado?

1. 10 (59%): Moi positivamente
2. 5 (29%): Positivamente
3. 1 (6%): Sen resposta
4. 1 (6%): Negativamente
5. 0 (0%): Moi negativamente

Como che afecta a nivel emocional a relación coas familias alumnado?

1. 12 (71%): Positivamente
2. 2 (12%): Moi positivamente
3. 1 (6%): Sen resposta
4. 1 (6%): Negativamente
5. 1 (6%): Non me afecta a nivel emocional
6. 0 (0%): Moi negativamente

Que medidas adoptas para xestionar o estrés no traballo?

As respostas máis repetidas son:

- A organización e anticipación
- Dialogar con compañeiras/os.
- Control da respiración
- Buscar desconectar fóra da escola con diferentes actividades: facer deporte, lectura e ocio.

Sentes que aspectos da túa vida persoal che poden afectar no traballo?

1. 7 (41%): Ás veces
2. 5 (29%): Si
3. 4 (24%): Non
4. 1 (6%): Sen resposta

Sentes que aspectos laborais poden afectar a nivel emocional na túa vida persoal?

1. 14 (82%): Si
2. 2 (12%): Non
3. 1 (6%): Sen resposta

Que medida cres que se podería adoptar para mellorar o teu benestar emocional na escola

As propostas que fai o profesorado son (resumo e síntese das mesmas)

- Establecer pautas para a coordinación entre persoas, boas prácticas e malas prácticas.
- Dispor de máis tempo para poder preparar as clases e elaborar material.
- Colaboración de todo o claustro para manter a orde.
- Realizar xuntanzas de profesorado fóra do horario lectivo.

Como cres que o equipo directivo podería apoiarte mellor en termos de benestar emocional?

As respostas máis repetidas son:

- Dispor de máis tempo para a preparación de sesións.

Sénteste valorada/o e recoñecida/o polo teu traballo na escola?

1. 7 (41%): Ás veces
2. 6 (35%): Sempre
3. 3 (18%): Case nunca
4. 1 (6%): Sen resposta
5. 0 (0%): Nunca

Conclusións:

O profesorado traballa con motivación e a maior satisfacción é ver ao alumnado e avanzar. Percibe falta de tempo para preparar ben as sesións e atender á diversidade, así como excesiva burocracia e dificultades para coordinarse.

A anticipación e planificación son as mellores ferramentas para combatelo e son necesarias técnicas e estratexias para previr ou superar o estrés.

Respostas do alumnado

Sénteste feliz cando ves ao colexio? (marca unicamente unha resposta)

1. 80 (40%): Moito
2. 69 (35%): Bastante
3. 42 (21%): Algo
4. 6 (3%): Pouco
5. 3 (2%): Nada
6. 0 (0%): Sen resposta

Marca os momentos nos que te sentes feliz na escola (podes responder máis de un)

1. 173 (87%): Recreo
2. 109 (55%): Á saída
3. 86 (43%): Na aula, durante as sesións de clase
4. 85 (43%): Á entrada, no momento anterior ao comezo das clases
5. 80 (40%): Hora de ler
6. 0 (0%): Sen resposta

Tes algunha amiga/o na túa clase?

1. 192 (96%): Si
2. 7 (4%): Non
3. 1 (1%): Sen resposta

Cres que hai alguén na túa clase que non teña ningún amigo/a?

1. 142 (71%): Non
2. 55 (28%): Si
3. 3 (2%): Sen resposta

Tes medo ou vergoña de expresar as túas ideas e opinións no teu equipo de traballo?

1. 148 (74%): Non
2. 50 (25%): Si
3. 2 (1%): Sen resposta

Tes medo ou vergoña de expresar as túas ideas e opinións en voz alta para toda a clase?

1. 103 (52%): Si

2. 96 (48%): Non

3. 1 (1%): Sen resposta

Cando necesitas axuda, sentes apoio de alguén dentro do teu equipo de traballo?

1. 105 (53%): Ás veces

2. 81 (41%): Sempre

3. 11 (6%): Nunca

4. 3 (2%): Sen resposta

Sentes apoio por parte das mestras cando algo non che sae ben?

1. 118 (59%): Sempre

2. 72 (36%): Ás veces

3. 9 (5%): Nunca

4. 1 (1%): Sen resposta

Na hora do recreo, atopas compañeiras/os para xogar?

1. 175 (88%): Si

2. 14 (7%): Ás veces sinto que quedo so/a

3. 9 (5%): Non

4. 2 (1%): Sen resposta

Na hora do recreo, realizas actividades ou xogos do teu gusto?

1. 173 (87%): Si

2. 25 (13%): Non

3. 2 (1%): Sen resposta

Que actividades / xogos che gustaría que houbera no recreo?

O resumo do respondido polo alumnado sería:

- Aumentar a oferta de xogos no patio (aproveitar as árbores e mellorar as pistas)
- Posibilidade de ter zonas para facer xogos de mesa
- Habilitar un espazo para xogar ao xadrez.
- Ter unha zona para xogos como gomas, comba ou pintados no chan.

Observas no patio algunha nena/o que se sinta soa e que non teña con quen xogar?

1. 111 (56%): Non

2. 86 (43%): Si
3. 3 (2%): Sen resposta

Hai algo na escola que che faga sentir medo, nervios ou que te fagan sentir mal?

1. 126 (63%): Non
2. 72 (36%): Si
3. 2 (1%): Sen resposta

En caso afirmativo, escribe o que che provoca iso.

As respostas máis repetidas polo alumnado son:

- Falar en público (ben en exposicións ou en probas de expresión oral).
- Os exames e probas escritas.
- As burlas e mofas cando se fai algo mal na clase.
- Cando hai moitos deberes.
- Quedarse sos no patio ou ver a nenas/os sos.

Conclusións:

O alumnado ben feliz á escola, percibe que é necesario ampliar a oferta de ocio no patio e non é alleo a que hai nenas/os que non atopan o seu lugar o que están sos.

O que máis nervios crea son as presentacións en público e os exames, pero tamén hai referencias á soidade e ás burlas e mofas.

3. ESTRATEXIAS PARA O ALUMNADO.

3.1. Convivencia:

Os principais aspectos aos que debemos prestar atención son: desequilibrio emocional, soidade/illamento e xestión de conflitos.

a) Desequilibrio emocional:

A **desregulación** dáse cando unha nena/o reacciona dun xeito desmesurado ante determinadas situacións. Xeralmente está relacionada cunha baixa tolerancia á frustración ou por un exceso de impulsividade.

A **transversalidade** da educación emocional require dunha organización a nivel de centro para que o alumnado reciba unha formación consistente que lle permita identificar as emocións que está sentindo e darlle estratexias para que as autorregule. Todo o profesorado debe implicarse neste eido, non podemos descargar esta responsabilidade unicamente no Departamento de Orientación ou na titora.

- En **educación infantil e no 1º ciclo** de educación primaria debemos abordar o recoñecemento de emocións e estratexias básicas para controlalas:
 - Respiración profunda
 - Relaxación de músculos
 - Colorear
 - Beber auga
- No **2º e 3º ciclo** de educación primaria hai que seguir traballando o recoñecemento de emocións e engadir ás estratexias anteriores outras como:
 - Escribir o que está a suceder.
 - escoitar música relaxante
 - Facer un escaneamento corporal

Cando se **produza unha situación de desregulación** e o alumnado non sexa quen de xestionala por si mesmo, será necesario unha actuación que permita a volta á normalidade, que consistirá en:

- Protexer ao alumnado afastando o perigo.
- Recoñecer e aceptar o que está a suceder. ("Parece que...", "Sentese que...")
- Establecer a calma (guiar as estratexias citadas anteriormente). Non falar ata que o volcán emocional diminúa.
- Poñer orde aos pensamentos, sentimentos e comportamentos, axudada/o por unha persoa de referencia.
- Aprender da situación e buscar alternativas máis saudables.

b) Soidade/illamento:

Como ben se puido apreciar na enquisa do alumnado, a **soidade e o illamento** é unha das cuestións que se perciben como **principais inimigos do benestar**.

Aquí ten que haber un esforzo para **detectar** este tipo de situacións. O alumnado debería ter a confianza e as ferramentas para poder buscar axuda e expoñer que está vivindo esta situación, pero de non ser así, as compañeiras/os e o profesorado debemos detectar síntomas que nos fagan pensar que unha nena ou neno síntese excluída/o ou non atopa o seu lugar.

O patio, as actividades conxuntas, áreas como educación física ou música son os mellores **termómetros** para medir este punto. Non podemos ser meros espectadores e limitarnos a esperar a que a situación se solucione por si mesma.

Como **prevención** do illamento propoñemos:

- Respetar ao detalle o plan de acollida.
- Realizar actividades de cohesión.
- Evitar comentarios de culpabilidade para as persoas que se senten soas.
- Fomentar e insistir na empatía.

Cando se **detecte** unha posible situación de illamento ou soidade:

- Falar coa alumna/o para coñecer realmente a súa situación emocional.
- Comunicación coa familia da alumna/o.
- Buscar a orixe deses sentimentos e solucións.
- Abordar a situación na aula de referencia da alumna/o.
 - Reflexionando sobre a situación.
 - Fomentar a empatía e a compaixón.
 - Propostas grupais.

c) Xestión de conflitos:

No plan de convivencia hai normas e pautas para actuar en caso de que apareza un conflito, centrándose máis en conflitos entre o alumnado. Neste plan imos centrarnos no concepto xeral de conflito que se dá cando se incumpren as normas, cando hai actos de violencia, transgresións ou condutas de risco. Estes aspectos tamén apareceron nas enquisas de alumnado, pero non se reflectiron comentarios concretos posto que facían referencia directa a nomes de compañeiros/as.

As propostas formuladas anteriormente para as situacións de desregulación son perfectamente válidas para este apartado, así como a escoita activa reflectida no plan de convivencia. A maiores introducimos un novo aspecto, o diálogo restaurativo.

Diálogo restaurativo:

- a) **Compromiso.** Imos falar do que pasou.
- b) **Reflexión.** Que pasou? Que buscabas? Que che pasaba pola cabeza?
- c) **Impacto.** A quen lle afectou? De que xeito?
- d) **Comprensión.** Que foi o peor para tí?
- e) **Recoñecemento.** Agora que xa sabes como lle afectou, que che sae facer?
- f) **Acordos.** Que precisas? Que podes facer pola outra persoa?
- g) **Peche.** Como o farías diferente no futuro? Que aprendiches

3.2. Aprendizaxe:

Como se puido ver nas enquisas, o que máis estrés xera ao alumnado en relación á súa aprendizaxe son **os exames, as exposicións orais en público e a acumulación de tarefas** en certos momentos. **Que causen** situacións de **estrés non quere dicir que sexa necesario eliminar** esas prácticas, senón que debemos **dar máis e mellores ferramentas para afrontarlas**. Este é un apartado directamente relacionado coa competencia **aprender a aprender** e coa desorganización, inseguridade e bloqueo.

Os aspectos nos que debemos incidir son:

- **Planificación:**
 - Potenciar ao **autocoñecemento** sobre o que me crea máis dificultades.
 - Fomentar bos **hábitos de traballo:**
 - Organización da mesa de traballo.
 - Elección de material necesario.
 - Xestión do tempo de traballo e de ocio.
 - **Organizar as tarefas e os tempos** con antelación (planificador mensual, semanal, diario)
 - **Fixar as datas das probas e das entregas de tarefas** con tempo suficiente.
- **Simulación:**
 - Preparar ao alumnado realizando **probas tipo.**
 - Nas primeiras probas escritas que realicen (3º de primaria), ler con toda a aula as preguntas e facilitar a comprensión das mesmas.
 - Corrección das probas tipo a nivel grupal para que coñezan o xeito de avaliar.
 - **Normas de respecto claras** para o grupo cando se realizan exposicións.
- **Autoavaliación:**
 - Analizar os **posibles erros** cometidos no proceso.

- Ver que podo **cambiar de cara ao futuro**.
- **Reforzar** o que me funciona.

Outro aspecto que debemos ter en conta é o nivel de **motivación do alumnado para evitar a apatía**, para iso recoméndase:

- **Regular** os tempos de traballo.
- **Variar o tipo de tarefas** e actividades levadas a cabo.
- Empregar **recursos materiais** diversos nalgunhas tarefas e actividades.
- Buscar a **funcionalidade** do aprendido.
- Alternar o **traballo en equipo** e o de responsabilidade **individual**.
- Empregar **retos** a curto prazo.

4. ESTRATEXIAS PARA O PROFESORADO .

Das enquisas extraemos que o profesorado da escola percibe certo desgaste profesional debido á falta de tempo para preparar ben o traballo, a unha excesiva burocracia, a dificultades para coordinarse e a que estes aspectos inflúen fóra do ámbito laboral e afectan a nivel persoal.

As mestras/es e mestres deben coidarse, que estean felices e motivadas/os incidirá positivamente na marcha da escola.

Como **medidas** para favorecer o benestar emocional do profesorado propóñense:

- **Anticipar** todo o posible a planificación de actividades, reunións e conmemoracións.
- **Fixar datas** para tarefas burocráticas con tempo suficiente.
- **Dialogar** de forma aberta e sosegada.

Outros aspectos que poden afectar afectar negativamente ao profesorado son os temas relacionados coa cantidade de protocolos, a dixitalización, a terminoloxía pedagóxica cambiante, as modas metodolóxicas, as inxerencias externas no noso labor ou as avaliacións.

Para combater estes aspectos, sería conveniente:

- **Abandonar** o estado mental de **queixa** permanente.
- Dar **respostas colectivas** como equipo docente.
- Aumentar a conciencia e pertenza de **grupo**.
- **Participar** activamente nas decisións de centro.
- **Acordar criterios** comúns de centro
- **Priorizar** e economizar esforzos.
- **Revisión** permanente dos documentos de centro baseada na **reflexión** pausada.

Para o aspecto concreto da preparación do traballo e atención ao alumnado con necesidades:

- **Buscar a axuda** de compañeiras/os.
- **Compartir** experiencias e materiais.
- **Reciclar** e **reutilizar** materiais válidos de anteriores cursos.
- Empregar materiais e recursos utilizados con alumnado de **similares características**.
- **Coordinar** o plan de traballo co Departamento de Orientación.

5. ESTRATEXIAS PARA AS FAMILIAS.

As familias demandan da escola unha mellor comunicación e estreitar os lazos. Coñecer de primeira man a evolución das súas fillas/os e o xeito de poder axudar e acompañar na etapa escolar son os dous temas principais que se mencionan.

As estratexias para as familias inclúen as seguintes medidas concretas:

- **Mellora da Comunicación:**
 - **Reunións Regulares:** Organizar reunións trimestrais para informar ás familias sobre o progreso académico e emocional dos seus fillos.
 - **Boletíns Informativos:** publicar boletíns con información relevante sobre actividades escolares, recursos para o benestar emocional e suxestións para o apoio desde o fogar.
 - **Plataformas Dixitais:** Utilizar abalarmóbil para manter unha comunicación constante e fluída coas familias.
- **Formación e Recursos:**
 - **Obradoiros e Seminarios:** Organizar talleres sobre temas como a xestión do estrés, técnicas de estudo e estratexias de comunicación efectiva.
 - **Material Educativo:** Distribuír guías e recursos que as familias poidan usar para apoiar o desenvolvemento emocional dos seus fillos na casa.
- **Participación nas Actividades Escolares:**
 - **Eventos de Convivencia:** Invitar as familias a participar en eventos escolares que promovan o benestar emocional, como conmemoracións e obradoiros.
 - **Voluntariado:** Crear oportunidades para que as familias colaboren en proxectos escolares e actividades extracurriculares.
- **Apoio Emocional:**
 - **Espazos de Diálogo:** Crear grupos de apoio onde as familias poidan compartir as súas experiencias e recibir consellos de profesionais comaas mestras, orientador ou especialistas nunha materia concreta.
 - **Servizos de Asesoramento:** Proporcionar acceso a servizos de asesoramento emocional para as familias que o necesiten.

Estas estratexias teñen como obxectivo fortalecer a colaboración entre a escola e as familias, creando unha rede de apoio integral que favoreza o desenvolvemento emocional saudable do alumnado.

Como complemento e en relación á comunicación entre docentes e familias, propoñemos unha serie de recomendacións para que as sesións de titoría sexan áxiles, útiles e efectivas:

INICIO DA ENTREVISTA

1. Recibir a familia **nun lugar adecuado e reservado**.
2. Utilizar unha **linguaxe non verbal adecuada**.
 - Recibir cun **sorriso**.
 - Adoptar unha **postura corporal de proximidade e relaxada**.
3. **Iniciar** a entrevista **cunha pregunta positiva**.

DURANTE A ENTREVISTA

1. Achegar en **primeiro lugar a información positiva** do/da alumno/a.
2. Utilizar unha **linguaxe clara e sinxela**.
3. Ter **información recente** do/da alumno/a que denote que o/a coñecemos ben.
4. Informar dos **aspectos para mellorar**, e dar **alternativas** de traballo ou axuda.
5. Dar a oportunidade de que **familia exprese o seu punto de vista**, utilizando os procesos de escoita activa.
6. **Agradecer a información** achegada pola familia.

FINAL DA ENTREVISTA

1. **Concretar os aspectos para traballar** co/coa alumno/a.
2. **Chegar a acordos** de traballo para mellorar a situación, implicando a familia.
3. Pechar a entrevista cunha **despedida cordial**.

CONSIDERACIÓNS XERAIS:

- As entrevistas coas familias **non deben estenderse en exceso**.
- **Non é conveniente entrar en discusión** nin focalizar sobre un tema no que non deamos chegado a un acordo.
- A reunión ou entrevista coa familia **debe cingirse a falar exclusivamente do alumno ou da alumna**, polo que no desenvolvemento da reunión non se debe dar información doutro alumnado nin permitir que as familias o fagan.

6. AVALIACIÓN

Para analizar o éxito deste plan valoraremos:

- **Niveis de Benestar:** Realizar enquisas periódicas ao alumnado, profesorado e familias para medir a súa percepción do benestar emocional.
- **Taxa de Participación:** Medir a asistencia a eventos, obradoiros e sesións de formación.
- **Indicadores Académicos e de Comportamento:** Analizar a correlación entre a implantación das estratexias e melloras en parámetros como o rendemento académico e a redución de incidentes disciplinarios.

Establécense dous cursos completos como período para poder poñer en valor os efectos deste plan, polo que ao rematar o curso 2025/2026 deberanse valorar os aspectos anteriormente citados.