

INFORMACIÓN A LAS FAMILIAS

Queridas familias,

Somos conscientes de que estamos pasando por unos momentos difíciles, que hay muchas angustias y miedos que aparecen, junto al hecho de tener que quedarse en casa con vuestros hijos todo el día, y seguramente, muchos de vosotros también tenéis que trabajar.

Desde la escuela y especialmente desde nuestro departamento, queremos haceros llegar nuestra máxima comprensión y apoyo y poner nuestro pequeño grano de arena para que esta situación pase de la mejor manera posible.

Creemos que es importante recordar qué puede pasar a nivel emocional. Seguramente estos días o a lo largo del confinamiento podéis notar que vuestros hijos se sienten más inquietos y nerviosos. Para ellos (y también para nosotros), esta situación es muy incierta y confusa, no saben por qué están todo el día en casa con vosotros, por qué no pueden salir, por qué han dejado de ir al cole, etc. Pero el hecho es que ellos, a diferencia de nosotros, no pueden entender qué está pasando, y por tanto no pueden ajustar su respuesta emocional a la situación.

Por tanto, emociones como la angustia, la frustración, la inquietud y también la tristeza irán apareciendo posiblemente en vuestros hijos. Cuando detectemos estas emociones, primeramente tendremos que ser conscientes, ver qué pasa con nosotros mismos y con ellos, ya que son muchas las horas que tenéis para estar con vuestros hijos, y cuando creáis que ya estáis en disposición, ofrecerles el acompañamiento. Si algo podemos sacar de todo esto, que ellos están al lado de las personas a quienes ellos más quieren, y con quienes más los quieren y los conocen. Por otra parte, el hecho de que estén con vosotros, también es un buen momento para jugar, reír, y hacer aquellas cosas que quizás en la vida cotidiana no encontramos el momento.

Sabemos y somos conscientes que cada uno de nuestros alumnos es único y diferente y que tienen unas necesidades diferentes, y esta información que compartimos con vosotros se basa en lo que hacemos en la escuela con la intención que pueda seros útil.

Por lo tanto, siempre que podamos, intentaremos verbalizar las emociones, quizás algunos no podrán entender el concepto, pero seguro que vuestro tono de voz o vuestro lenguaje corporal también les ayudará. Tenemos que tener en cuenta y observar, ya que no siempre expresan las emociones de la misma manera que nosotros. En estos casos será necesario buscar un momento de calma, cuerpo a cuerpo con vuestro hijo, que sienta que estáis a su lado, y pueda llegar a sentirse seguro y confiado.

Cuando detectéis que hay inquietud motriz, podéis ofrecer actividades más movidas, de descarga como pueden ser tocar un instrumento de percusión, lanzar o jugar con pelotas, (blandas), saltar, bailar, hacer momentos de discoteca con canciones actuales que les gusten, si tenéis pelotas gigantes (bobath) saltar encima, arrastres, llenar botes o cajas con diferentes materiales para que puedan removerlos... Y en el momento en que esta inquietud haya disminuido, podemos hacer actividades de calma, como masajes, relajación, poner música tranquila...

Aprovechad aquellos ratos que podáis estar con ellos para jugar a los juegos que les gusten, como cantar canciones, juegos de manos, esconderos con telas, tocar instrumentos...

Desde la escuela, y concretamente desde nuestro departamento, os proponemos diferentes actividades relacionadas con el día a día de la escuela. Mantener las rutinas es muy importante y nosotras también queremos formar parte de ellas!! El formato que hemos escogido es el video, ya que pensamos que para nuestros alumnos es la mejor forma de comunicación. De esta manera van a poder vernos, escuchar nuestras voces y en definitiva, sentirnos cerca.

Os animamos a estar bien atentos al Telegram, ya que iremos enviando todo tipo de propuestas de actividades que podéis hacer con vuestros hijos y otras sorpresas... Aprovechamos para animaros a incluiros en esta iniciativa grabándoos vosotros mismos mientras lo miráis en casa y participáis de las actividades. Enviadnos vuestras grabaciones al correo: canvila@gmail.com

Un fuerte abrazo,

Departamento de AEI