



PERIÓDICO DE INFORMACIÓN NACIONAL SOCIOCULTURAL

[INICIO](#) [CULTURAL](#) [NOTICIAS NACIONALES](#) [SALUD](#) [POESÍA](#) [CARTELERA](#) [HABLANDO CON ...](#)

[EN PORTADA](#) [A: MIRADAS INTERIORES](#) [BALA DE CAÑON](#) [Por aquel entonces...](#) [LUCÍA](#)

COVID-19: GENERADOR DE ESTRÉS EN MAESTROS Y PROFESORES

ARCHI



26 MAY 2020 POSTEADO POR TOÑY CASTILLO

2 COMENTARIOS

L

4

11

18

25

« A



El COVID-19 es un elemento siniestro. No lo podemos ver, oír, oler ni sentir pero está ahí afuera acechándonos a todos, y con muy malas intenciones. Lo que el COVID-19 ha generado en todos nosotros ha sido un sentimiento de indefensión. Ha hecho que nos diéramos de bruces frente a nuestra fragilidad, darnos cuenta de que no somos libres para hacer lo que queramos con nuestras vidas y la sensación de que no podemos planificar nuestro futuro. Estamos delante de una situación nueva y carecemos de experiencias previas que puedan guiarnos sobre las medidas a tomar. Esto ha influido también en cómo se están tomando las decisiones para enfrentarlo por parte de los gobiernos.

El confinamiento ha traído nuevas formas de comunicación y de trabajo. Nos centraremos en los aspectos relacionados con los aprendizajes en las escuelas de primaria y la ESO. Se han puesto en marcha nuevas técnicas virtuales para dar información a los alumnos de como poder continuar el curso escolar. El teletrabajo, tanto de los profesores como de los alumnos, se ha tenido que elaborar de un día para otro, con el consiguiente estrés derivado del hecho de no existir ni experiencia



ni planificación previa de cómo hacerlo. No ha sido fácil para los docentes, pero tampoco para los padres y alumnos.

Muchos padres deben, al mismo tiempo, hacer teletrabajo para sus empresas y lidiar con hijos e hijas de diferentes edades y grados académicos. No todos disponen ni de

espacios diferenciados en sus hogares, ni de tiempo para poder hacerlo. Muchas veces tienen importantes dificultades para poder implicarse en facilitar a sus hijos e hijas una disciplina de horarios de estudio. A todo esto debemos añadir el problema de las familias que no tienen acceso ni a Internet ni a instrumentos tecnológicos apropiados, o que su nivel académico o conocimiento del idioma les impide poder ayudar correctamente a sus hijos e hijas, para que estos puedan llevar a término las tareas pautadas por maestros y profesores.

Por las informaciones que nos llegan, parece que en España no se va a reanudar el curso académico reglado el curso 2019-2020. Tampoco queda claro el sistema que se empleará para el curso 2020-2021. Hay muchas informaciones contradictorias, sobre el número de niños por aula, distancias a mantener, uso de mascarillas y guantes, en general, distancia permitida entre los alumnos en las aulas, patios y espacios de la escuela o instituto. Pero notamos a faltar que se habla poco de los factores de estrés que esta situación producirá en las familias y en los alumnos, así como en los maestros y profesores.



Muchas veces se tiende a diseñar políticas de actuación desde los despachos pero no se tiene en cuenta el “*factor trinchera*”. Hablamos de “*factor trinchera*” cuando nos referimos a los profesionales que deben lidiar tanto con los alumnos y sus familias, como con las normativas de la

Administración en situaciones límite. Situaciones límite que les pueden generar muchos problemas si se quieren aplicar correctamente la práctica de las directrices que se les han encomendado. Y ello puede deberse a que muchas veces se produce un conflicto entre la realidad del día a día y la normativa impuesta. Circula por Internet un vídeo en el que una maestra francesa, que pasa todo el tiempo de su clase intentando controlar que los alumnos cumplan las pautas dictadas por el gobierno para mantener las distancias de seguridad en el aula. Naturalmente utiliza todo el tiempo de su clase dando normativas e intentando controlar a los alumnos,

terminando con un estrés elevadísimo. Independientemente de que este vídeo sea o no real, nos sirve de ilustración, aunque exagerada, de un posible riesgo a tener en cuenta.



Es factible pensar que hay un elevado riesgo de que se produzca estrés en los maestros y profesores o, en el peor de los casos, que se pueda llegar a padecer el *síndrome de burnout*. El *síndrome de burnout* (o *profesional quemado*) es un tipo de estrés laboral que implica un estado de agotamiento físico, mental y/o emocional que tiene importantes consecuencias en la realización personal y la autoestima. Está caracterizado por un proceso paulatino en el que las personas pierden interés en sus tareas (ya sean profesionales como en su vida cotidiana), presentan una disminución en su sentido de la responsabilidad y muestran dificultades para: concentrarse, nerviosismo, dolores de cabeza, comportamientos agresivos, taquicardias y trastornos somáticos, entre otros. Finalmente, en caso de no recibir la ayuda adecuada, pueden llegar a desarrollar un grave trastorno emocional. Estos problemas de estrés terminan afectando a nivel: familiar, pareja, amigos y relaciones sociales de los profesionales. Pero también el estrés puede producir conductas reactivas de maltrato hacia los alumnos.

En la Asociación Catalana para la Infancia Maltratada (ACIM) nos preocupa mucho el riesgo de que puedan producirse malos tratos reactivos a esta situación de estrés señalada. Por ello, creemos que sería muy importante que, además de dar a los profesores instrumentos didácticos para el buen desempeño de sus tareas docentes, también se les facilitara poder acceder a espacios de ayuda tanto a nivel personal como de puesta en común de sus dificultades delante de esta nueva situación. Porque son muchas las preguntas que deben hacerse frente a las dificultades en las que pueden encontrarse al inicio del nuevo curso. ¿Van a poder aplicar correctamente las ratios de distribución de niños por clase? ¿Habrá suficientes espacios y profesionales en las escuelas e institutos para poder aplicar correctamente las normativas de separación entre personas? ¿Todo el aprendizaje tendrá que ser virtual. ¿Qué va a pasar con los alumnos de pre-escolar y guarderías? ¿Cómo se podrán hacer los talleres prácticos? Y los deportes ¿cuáles se podrán practicar? ¿Qué pasará durante las horas de recreo? Y muchas otras preguntas que pueden llegar a hacerse una vez iniciado el curso y encontrarse frente a la situación real.

Sería importante que tuviéramos en cuenta los riesgos señalados de que los profesores puedan desarrollar un estrés. Es decir, tomar en consideración la situación del COVID-19, valorando los aspectos emocionales derivados de la tarea docente. Deberíamos plantearnos ejercer el buen trato tanto hacia los docentes como hacia los alumnos y sus familias. Para ello recomendaríamos que se facilitara una buena comunicación entre docentes, niños, niñas y familias, para solventar los

problemas o dificultades que puedan surgir. La comunicación debería darse en el momento en que puedan surgir los problemas o conflictos, de manera ágil, evitando que un alargamiento en el tiempo tienda a cronificar el problema o que éste pueda generar, a la larga, conflictos más importantes. Un maestro estresado es en la práctica un maestro maltratado. Para que los alumnos puedan recibir un buen trato, no solo es importante un buen nivel académico, lo fundamental es dar un buen trato a los docentes.

Ellos los docentes, los pedagogos y las pedagogas también se merecen el aplauso diario de la ciudadanía, ya que su adaptación a las nuevas formas de enseñanzas no está exenta de retos diarios que supone el poder llegar a los alumnos y alumnas de una manera real, alumnos que esperanzados esperan que les envíen trabajos, propuestas acordes con sus competencias que han de ser adquiridas para complementar su curso académico. Pero el ordenador en ocasiones no puede suplir el contacto físico necesario en el día día para los más pequeños, acostumbrados a una educación escolar cercana, sin barreras. Esta nueva fórmula de acercamiento telemático es nueva para muchos de nuestros docentes, alumnos y para la mayoría de los padres acostumbrados a dejar sus hijos en el centro escolar, quizás, nos habremos de reinvertir de cara al curso próximo, porque... aún quedan muchas cuestiones en materia de enseñanza por definir.



Lo que sí está claro, es el gran peso educativo que conlleva el vínculo docente/alumno y la importancia emocional que de él se deriva. Para fortalecer este vínculo es necesario el estar conectado a su centro de origen y a sus profesores de una manera sistemática, con horarios reglados para

poder participar de forma directa, activa y a tiempo real, en la enseñanza impartida por los docentes. Con la intencionalidad de ayudar a mantener, dando continuidad, al contacto directo con las personas de su entorno escolar (maestros, compañeros o amigos). Ya que de esta manera, se ayuda y se favorece al no romper la relación socio-afectiva del grupo. Se es consciente, de que se habla de manera virtual por las necesidades derivadas de la pandemia, pero esta, ha dejado al descubierto que:

Una de las carencias que se observa en esta nueva etapa de confinamiento es la añoranza de relaciones entre iguales, por tanto es necesario, no solo mandar propuestas de actividades o complementación de temarios, sino, fomentar propuestas de integración socio-afectivas en las cuales, se fomente la participación y la interacción social del grupo-clase como medida facilitadora del no aislamiento,



en este proceso es muy importante el abarcar toda la diversidad escolar, considerándose crucial para el alumno que está en casa como aquellos que por su condición de niños con adversidad en salud se encuentran hospitalizados. Por tanto, es clave la figura del profesor-guía-tutor del centro educativo y referente en el que se encuentra el alumno, incluyendo al

docente hospitalario, de ello, se deriva la necesidad de poder realizar un trabajo coordinado mediante plataformas telemáticas que permita a los alumnos desde sus dependencias casas/centros diversos/hospitales seguir a tiempo real las clases de del curso lectivo que estén cursando.

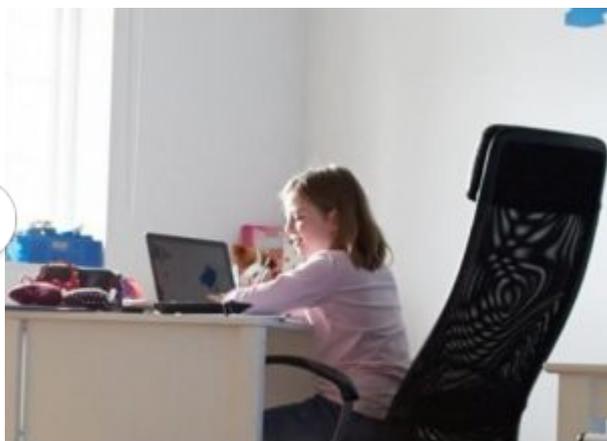
La salud emocional no la habremos de descuidar, ya que si el niño o joven se siente parte efectiva del entorno social-educativo favoreceremos los estados de bienestar favoreciendo al desarrollo personal y evitando las carencias producidas por aislamiento social, para ello, es también digno de tomar en consideración el incluir a las familias en actividades o ofrecer propuestas telemáticas generadoras de espacio para compartir con los profesores o tutores de los alumnos con la finalidad de un trabajo donde el equipo profesor/alumno/familia sea efectivo dado la coordinación de todos los agentes educativos que intervienen en el proceso global del alumno, ya que de esta manera podremos conocer las necesidades existentes que inciden en el aprendizaje.

Al hablar de aprendizajes hemos de respetar los diversos ritmos que cada niño o joven necesitan. Partir de las diferencias individuales son la base para un trabajo posterior, en esta nueva etapa de grandes retos, esto se hace más patente, por tanto, hemos de adecuar los métodos y los recursos disponibles a los diversos entornos educativos y situaciones diferenciadas. Las actividades que se realicen han de ser funcionales, significativas no obviemos que la función de un proceso de aprendizaje es la utilidad que estos emanan para la vida.

Es cierto que estos nuevos paradigmas conllevan un replanteamiento del sistema educativo en cuanto a su aplicación que pone de manifiesto un aumento de recursos telemáticos y plantillas docentes.

Con el objetivo de proporcionar al alumno:

- Un tratamiento real de su proceso de enseñanza/aprendizaje en el que es necesario marcar los objetivos que el alumno ha de cumplir y las competencias



- necesarias para la promoción del curso académico
- Necesariamente partiremos de sus potencialidades y del momento en el que se encuentra a nivel de aprendizajes para crear un itinerario acorde con los objetivos propuestos para el curso donde esté inmerso, tomando conciencia de sus puntos fuertes y los débiles para un avance

real en su promoción.

- Las dificultades que presente el alumno han de ser tratadas como procesos de superación, no como desventajas, proporcionando actividades que fomenten su autoestima y generen respuestas positivas, con lo cual desde el trabajo de docente hemos de proporcionar estrategias significativas en un entorno de aprendizaje motivador, cercano que promueva la normalización.
- Puntualizamos que toda enseñanza personalizada, parte de las características individuales del alumno.
- Las actividades tienen que estar adecuadas a su nivel escolar/formativo, a sus intereses, a su situación afectiva y de salud física o emocional que fomenten interrelaciones grupales de superación y de integración social/grupal en las cuales todos los agentes educativos, profesores/padres/hermanos formen parte del mismo.

Hoy más que nunca vemos que en educación no solo ha de haber recortes sino inversión responsable ya que de ello viven y vivirán nuestras generaciones presentes y futuras, los docentes asumen retos diarios y en estos tiempos venideros nuevas formulas de praxis educativas.

Hoy nuestro aplauso va para ellos para todos los que hacen de la pedagogía su profesión

¡Por todo el gran esfuerzo de adaptación, no fácil por el bien y la normalidad deseada!

Dra, Toñy Castillo Meléndez. Directora de la Academia de las Ciencias, Bellas Artes y Buenas Letras del Proyecto Nacional de Cultura Granada Costa-

Dra. Carme Tello Casany. Psicóloga clínica. Presidenta de la Associació Catalana per la Infància Maltractada ACIM. Presidente de la Federació de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil FAPMI

COMPARTE ESTO



2 COMENTARIOS



Inmaculada. Rejon 13 HOURS AGO

(Reply)

Un gran artículo técnico, y profesional. Con la problemática de plena actualidad.



Toñy Castillo 13 HOURS AGO

(Reply)

Gracias Inma, lo cierto es que siempre es más fácil elaborar proyectos en los despachos que llevarlos a la práctica... muchas personas hacen un gran esfuerzo en esta pandemia y los profesores también. Mil besos. Toñy

DEJA UN COMENTARIO

Tu dirección de correo electrónico no será publicada. Los campos obligatorios están marcados con *

Comentario

//

Nombre *

Correo electrónico *

Web

PUBLICAR COMENTARIO



- Recibir un email con los siguientes comentarios a esta entrada.**
 - Recibir un email con cada nueva entrada.**
-