L'IMPACTE DEL CORONAVIRUS

Alumnes de Puigcerdà aprenen a gestionar l'angoixa per la covid

▶ Més de 300 alumnes de l'escola Alfons I de la capital de la Cerdanya canvien les colònies tradicionals per jornades de treball emocional

ACN. PUIGCERDÀ

■ L'escola Alfons I de Puigcerdà ha organitzat unes jornades emocionals per ajudar als seus més de 300 alumnes a treure i gestionar els sentiments que han viscut en els diferents confinaments. El centre ha optat per fer aquesta activitat com alternativa a les colònies que es duien a terme abans de l'arribada de la crisi sanitària de la covid-19, tenint en compte que quan es van planificar no es podia sortir de la comarca. La cohesió de grup és un dels aspectes que més es treballa en cadascuna de les sessions, sempre partint del joc i obrint espais per a la reflexió. Un cop posada en marxa l'experiència d'enguany, la idea és que l'educació emocional tingui més pes en aquesta escola cerdana de cara als pròxims cursos.

La cap d'estudis de l'escola Alfons I, Thaïs Figarola, ha dit que enguany veien difícil organitzar unes colònies perquè no sabien quants pares d'alumnes estarien disposats a deixar-los dormir fora de casa. A més, en el moment de planificar-les encara estava en vigor el confinament comarcal i, per tant, es va optar per preparar unes jornades emocionals. Cada curs durà a terme dues sessions, però només els de sisè pernoctaran un dia en un refugi. Mentre, a infantil el programa serà d'una única jornada.

«Hem vist que els nens tenien més la necessitat», ha assegurat Figarola, que ha afegit que tot i que els alumnes s'han pogut retrobar amb els amics, alguns veien com, «de cop i volta, havien d'estar-se deu dies a casa». Davant d'aquesta situació, han cregut convenient ajudar-los a saber canalitzar les emocions derivades del context sanitari. La cap d'estudis de l'escola Alfons I ha explicat que els alumnes han rebut amb «expectativa i ganes» aquesta iniciativa, la qual compta amb el suport de l'AMPA i l'Ajuntament de Puigcerdà.

«És molt important l'autoconeixement de les emocions i saber gestionar-les d'una manera eficient i eficaç». Així ho ha afirmat Pep Esteve, educador emocional de la Granja Escola de Santa Maria de Palautordera (Vallès Oriental) i un dels monitors de les jornades, que ha afegit que cal aprendre a controlar-les i entendre què passa. En aquest sentit, ha detallat que els seus principis de vida es basen en «la felicitat, la pau interior i el benestar personal».

Esteve assegura que molts nens han viscut el confinament tancats a casa amb les seves famílies i que és una situació que els ha provocat «molta angoixa i preocupació». Per aquest motiu, creu que cal que tinguin eines per lluitar contra, l'estrès, la por, la tristesa i la frustració i mirar d'aprendre de cadascuna d'aquestes situacions. L'educador destaca la importància de fer un «buidatge» d'aquells sentiments que fan que l'infant acabi amb la «motxilla plena» i que no sol compartir «pel que diran» o pensaran d'ells.

Mentre, la cap d'estudis de l'escola Alfons I també ha dit que tenen clar que l'aposta per l'educació emocional continuarà els pròxims cursos, encara que sigui en algun altre format. En algun altre centre, com ara l'escola La Valira de la Seu d'Urgell, també s'han substituït les colònies per dues jornades plenes d'activitats que incloguen passar una nit a dins l'equipament. En aquest cas, es duran a terme el 3 i 4 de juny, i s'ha previst des d'una bicicletada, jocs d'orientació i piragüisme al Parc del Segre.



Alumnes de l'escola Alfons I duent a terme una activitat de les jornades emocionals a l'exterior ACN

«És important fer un buidatge d'aquells sentiments que fan que l'infant acabi amb la motxilla plena»