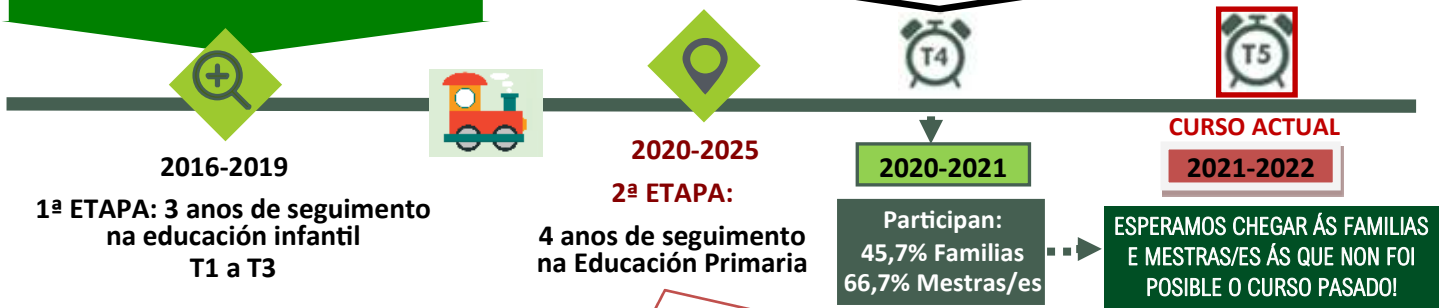


Prezada comunidade ELISA, hai cinco anos que empezamos o noso percorrido de seguimento do comportamento e benestar das nosas crianzas. Coa vosa colaboración, completamos a primeira etapa desta viaxe ao longo da educación infantil.

As adversidades que nos acompañan desde a irrupción da pandemia na primavera do 2020 non impediron que familias e escolas sigades implicados en ELISA, moitísimas grazas polo voso compromiso!
Tal como se mostra na seguinte figura, o pasado curso 2020-2021, demos comezo á segunda etapa do traxecto, que transcorrerá ao longo da educación primaria.
As restricións só nos permitiron recoller os datos vía telemática.
Aínda así, conseguimos a participación de máis da metade das/os participantes!



Na **COMUNIDADE ELISA** participan:

2766 FAMILIAS: 48% nenas; 52% nenos,
E máis de 300 MESTRAS* en 76 COLEXIOS

*Nais e mestras son quen maioritariamente aportan os datos ELISA, por iso, neste documento, empregaremos o feminino.

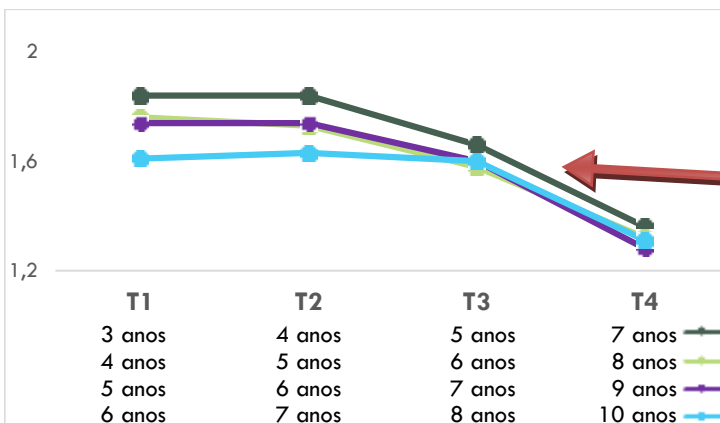
OBXECTIVO PRINCIPAL: PREVER AS DIFICULTADES EMOCIONAIS

É esperable que **as dificultades emocionais** (frustración, tristeza, ansiedade, illamento, etc.) **vaian adquirindo protagonismo durante a nenez**, pois a medida que as crianzas medran, ampliáanse os seus círculos de relacións cos demais e os retos sociais aos que deben responder vólvense máis complexos.

Elaboramos este **ELISA Conta nº 4** cos datos recollidos ao **comezo da 2ª ETAPA ELISA, durante o curso 2020-2021**. Os resultados que presentamos a continuación mostran o importante que é **prestar atención aos problemas emocionais**:

1ª EVIDENCIA: Diminúen os problemas de conduta e aumentan as dificultades emocionais durante a educación primaria

GRÁFICA 1: EVOLUCIÓN DOS PROBLEMAS CONDUTA DA EDUCACIÓN INFANTIL Á PRIMARIA



A Gráfica 1 mostra como os problemas de conduta (desobediencia, perrenchas, inquietude) **diminúen a medida que os/as nenos/as medran**.

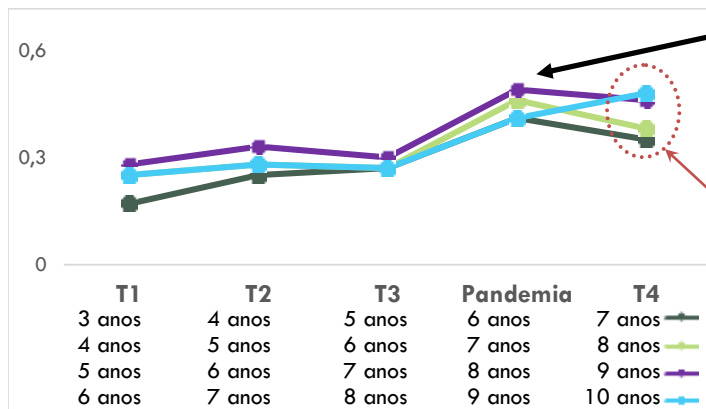
Esta tendencia á baixa acentúase ao final da Educación Infantil e ao comezo da Educación Primaria (véxase o punto de inflexión en T3, cando as crianzas superan os 5 anos!

En xeral, as dificultades comportamentais redúcense durante a educación primaria.

Pero... que ocorre coas dificultades emocionais?

GRÁFICA 2: EVOLUCIÓN DOS PROBLEMAS EMOCIONAIS DA EDUCACIÓN INFANTIL Á PRIMARIA

A Gráfica 2 móstranos como, tal como se prevía, as **dificultades emocionais seguen unha progresión ascendente a medida que as crianzas van medrando durante a educación primaria.**



Pero tamén podemos comprobar que a **pandemia acusou este ascenso**, que, en termos evolutivos, se esperaba máis suave. Ademais, o aumento das dificultades emocionais por mor da **pandemia afectou en maior grao aos/as máis pequenos/as** (6-7 anos), pois a esa idade o incremento non debería ser tan brusco.

Un ano despois do inicio da pandemia, **para as crianzas de maior idade (9-10 anos), os problemas emocionais manteñen o nivel alcanzado durante o confinamento**, mentres que os/as máis pequenos/as regresan a niveis de evolución máis acordes co esperado.



Así pois, é importante que, neste tempo de pandemia, familias e escolas presten atención aos signos de **ansiedade** (medos, inseguridades, medos) ou de **depresión** (tristura, perda de interese, ilusión ou goce diario) que poidan detectar nas crianzas durante a nenez intermedia.

2ª EVIDENCIA: As dificultades emocionais e condutuais conforman distintos perfís de problemas comportamentais na nenez

Os datos ELISA permítenos extraer catro perfís segundo o tipo e predominancia das dificultades que presentan as crianzas, tal como se presenta na Gráfica 3:

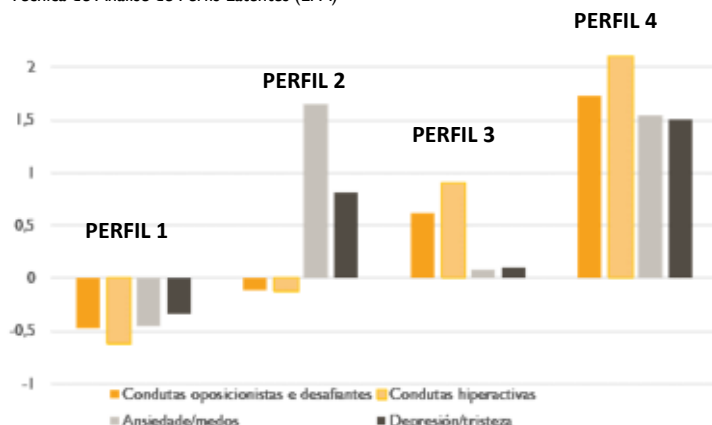
- Perfil 1:** Ben adaptado (58,3% dos nenos/as),
- Perfil 2:** Con dificultades emocionais (9,4%),
- Perfil 3:** Con dificultades de conduta (25,5%),
- Perfil 4:** Con dificultades emocionais e condutuais (6,8%)

Os datos da Gráfica 3 indicannos que a **meirande parte das nosas crianzas encaixan no Perfil 1 de boa adaptación** e polo tanto baixo risco de desenvolver dificultades comportamentais. **Pero, tamén, detéctanse perfís de nenos/as que presentan certas dificultades emocionais e/ou condutuais** que é importante ter en conta.

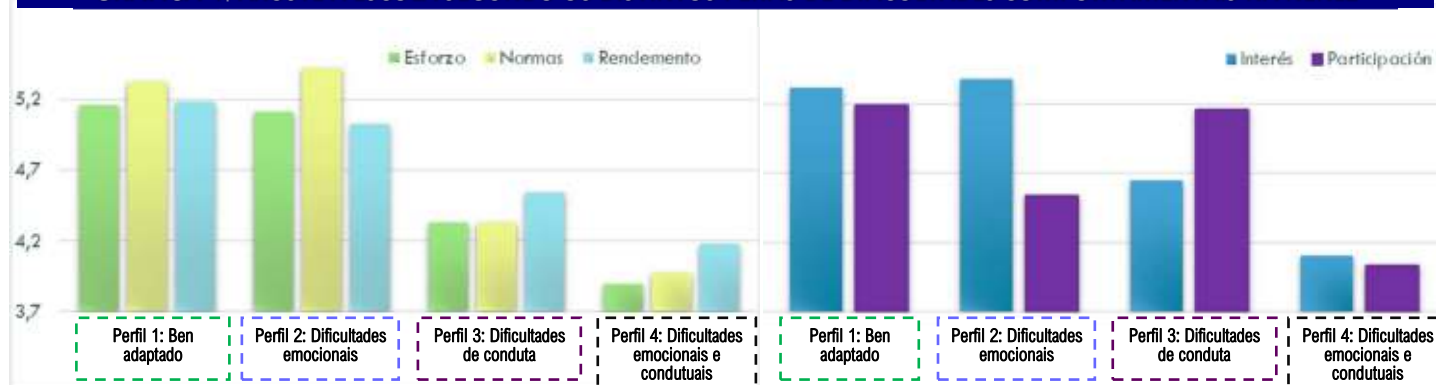
A continuación, **analízanse os efectos que estas dificultades poden ter no seu benestar e desenvolvemento.**

GRÁFICA 3: PERFÍS DE DIFICULTADES CONDUTUAIS E/OU EMOCIO-

Técnica de Análise de Perfís Latentes (LPA)



GRÁFICA 4: AXUSTE Á ESCOLA SEGUNDO OS DISTINTOS PERFÍS DE DIFICULTADES COMPORTAMENTAIS NA NENEZ



As crianzas do Grupo 1, que presentan bos niveis de adaptación, mostran un adecuado axuste ás demandas e expectativas escolares.

No Grupo 2, os nenos/as que mostran dificultades emocionais interésanse polo traballo na clase, compren as normas, esforzándose e renden nas tarefas, en cambio presentan menores niveis de participación na clase.

No Grupo 3, as dificultades de conduta nos cativos/as lévalles a que lles coste máis cumprir coas demandas escolares que requiren esforzo e seguir as normas. Pero, aínda así, acadan uns altos niveis de participación na clase.

O Grupo 4, onde se mostran dificultades emocionais e condutuais, é o que presenta os valores máis baixos en todas as medidas de axuste e integración na escola.

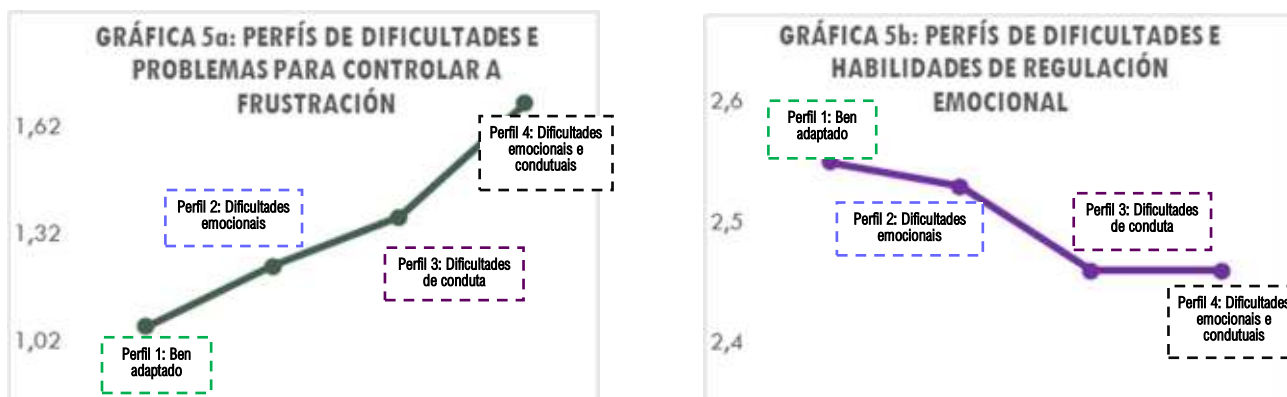
Nota: As diferenzas entre grupos danse para nenos e nenas, aínda que, en xeral, as nenas obteñen niveis máis favorables en todas as medidas de axuste á escola.

A combinación de dificultades emocionais e condutuais constitúe o perfil que presenta maior risco de desaxuste na escola

Para o benestar das crianzas no seu día a día na escola e na familia, é clave a súa aprendizaxe en xestión emocional: A adquisición progresiva de autocontrol da frustración e regulación das emocións negativas fortes permítelles manter relacións positivas e satisfactorias cos demais e desfrutar aprendendo novas competencias.

Unha mostra da súa importancia é que as dificultades emocionais e condutuais nos nenos/as relaciónanse directamente coas carencias nas súas habilidades de xestión emocional, tal como podemos comprobar na seguinte Gráfica 5.

GRÁFICA 5: GRAO DE AUTOCONTROL E REGULACIÓN EMOCIONAL EN CADA PERFIL DE DIFICULTADES COMPORTAMENTAIS

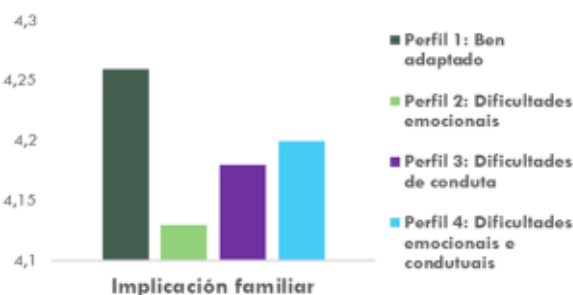


Como se mostra nas Gráficas 5a e 5b, os catro perfís difiren na súa competencia para tolerar a frustración. En concreto, compróbase que as crianzas no Perfil 4, con dificultades emocionais e condutuais, presentan os maiores problemas para controlar as súas reaccións ante situacións frustrantes pola carencia de habilidades de regulación emocional, mentres que no **Perfil 1, ben adaptado, nenos e nenas demostran ter os máis altos niveis de tolerancia á frustración e regulación das súas emocións.**

O propio proceso de maduración permite que as crianzas vaian ampliando o seu repertorio de formas de xestionar as emocións, pero o seu alcance pleno depende do sostén que se recibe na entorna familiar e escolar.

Por exemplo, na Gráfica 6 comprobamos que o **Perfil 1, que reúne ás crianzas cun adecuado axuste comportamental, mostra os niveis máis altos de implicación e atención por parte da contorna familiar**, con accións por parte das nais/pais como mostrarlles agarimo, preguntarlles como foi o seu día, mostrarse accesibles para falar ou compartir as actividades que lles gustan.

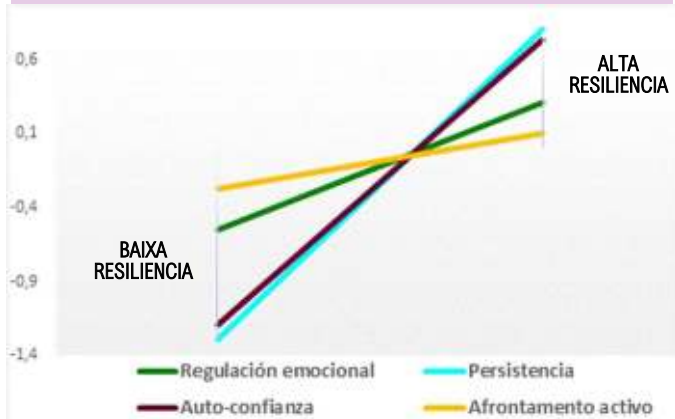
GRÁFICA 6. GRAO DE IMPLICACIÓN FAMILIAR NOS PERFÍS DE DIFICULTADES COMPORTAMENTAIS



Estes datos indican a **importancia de pasar tempo coas crianzas e mostrarlles un interese xenuíno polo seu mundo para previr posibles dificultades emocionais e condutuais.** Esta achega é especialmente relevante se temos en conta que, de forma xeneralizada, imos moderando a nosa implicación con elas cando van medrando.

Pero, ademais, mostrarlles aceptación, afecto e apoio emocional ás nosas crianzas axudarlles a desenvolver as habilidades precisas para afrontar as dificultades ao longo do seu desenvolvemento. A nenez é unha etapa evolutiva cun gran potencial de aprendizaxe de competencias para a vida. Nestes primeiros anos, os cativos/as dispoñen dunha gran flexibilidade de pensamento e a súa experiencia emocional é moi maleable, polo que poden recuperarse dos reveses e recompoñerse para afacerse aos cambios moito máis facilmente que os adultos. Esta capacidade recibe o nome de **"resiliencia"**:

GRÁFICA 7: INGREDIENTES DA "RESILIENCIA" NA NENEZ



Na Gráfica 7 móstrase como a **resiliencia nas crianzas** implica ter **auto-confianza e ser persistente** na superación dos retos e no alcance das súas metas. Ademais, defínese pola tenencia de **habilidades de regulación emocional** e polo **afrontamento dos contratempos de forma activa**, facendo o preciso.

GRÁFICA 8. O FOMENTO DA "RESILIENCIA" NAS CRIANZAS DESDE O FOGAR



Na Gráfica 8 comprobamos como prestar atención ás crianzas, implicarnos no seu día a día, e tratarlles de forma sosegada e apracible, relaciónase coa súa resiliencia.

Así pois, mostrar serenidade e un ton emocional moderado, é clave para potenciar a resiliencia nos fillos/as.

A RESILIENCIA PERMÍTENOS FACER FRONTE AO PRESENTE

A incursión da pandemia nas nosas vidas supón o maior desafío que estamos afrontando como sociedade neste século. É moi probable que os cambios que está a supor no noso decotío permanezan no tempo, polo que é importante que os cativos/as poidan adaptarse adecuadamente a eles. **En ELISA quixemos coñecer como esta difícil situación nos está afectando, e así ter un punto de referencia que nos guíe para desenvolver a "resiliencia" nas nosas crianzas, dotándolles das competencias que lles permitan non só afrontala, senón, incluso, saír fortalecidas dela.**

GRÁFICA 9. IMPACTO DA PANDEMIA NO BENESTAR DAS NAIS



Atendendo á Gráfica 9 vemos que, na pandemia, aumentou o malestar psicolóxico que recoñecen sentir as nais das familias ELISA. Sen embargo, compróbase que **este malestar, mailo seu empeoramento no último ano, só se da cando a resiliencia é baixa**, polo que **non se observa nas nais "resilientes"**.

GRÁFICA 10. IMPACTO DA PANDEMIA NA LABOR DAS MESTRAS

As principais afectacións que deben afrontar as mestras son:

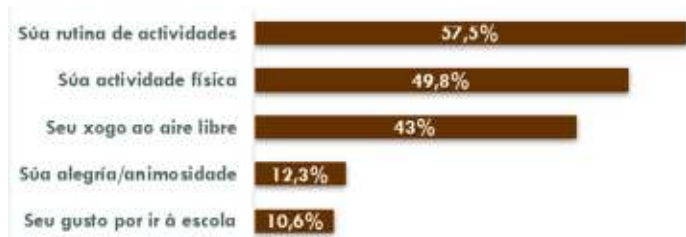


Pola súa parte, **as mestras recoñecen que a súa maior preocupación son as consecuencias que a situación actual está a ter no benestar dos seus alumnos/as**. Pero, o estrés da sobrecarga que implica adaptar a ensinanza e o funcionamento do centro ás condicións preventivas sanitarias tamén está a afectar ao seu labor educativo.

PARA NAIS E MESTRAS O MÁIS IMPORTANTE É A REPERCUSIÓN QUE ESTA CRISE TEN NAS CRIANZAS. Os datos ELISA nos mostra que:

GRÁFICA 11. IMPACTO DA PANDEMIA NO BENESTAR DAS CRIANZAS

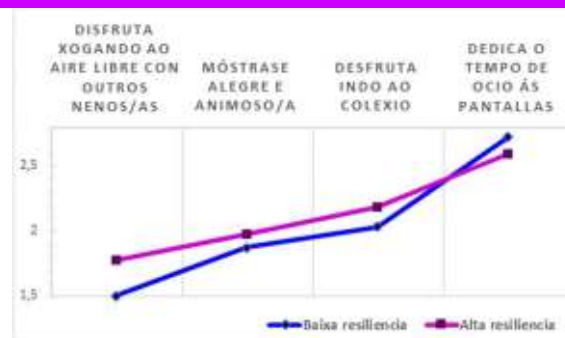
As nais informan que a pandemia está a afectar principalmente á...



Na Gráfica 11 recóllense os principais cambios de comportamento que as nais perciben nos fillos/as por mor da pandemia. Desde o seu inicio, e para preto da metade das crianzas, está afectando ao seu seguimento de rutinas, á realización de exercicio físico, e ao seu gusto polo lecer fóra da casa.

Porén, a Gráfica 12 mostra como a **alta resiliencia axúdalles a afrontar a situación actual con positividade. Os nenos/as "resilientes"** disfrutaban máis da escola e do xogo en compañía ao aire libre, dedicando menos tempo de ocio á tableta, ao móbil ou á consola.

GRÁFICA 12. EFECTO DA "RESILIENCIA" INFANTIL ANTE A PANDEMIA



EN CONCLUSIÓN...

- O inicio das crianzas na educación primaria supón novas demandas psicosociais que **fan ás dificultades emocionais protagonistas fronte aos problemas de conduta**. De feito, na nenez intermedia pódense identificar varios perfís de dificultades comportamentais que poñen en risco o benestar dos nenos/as e a súa adecuada integración na escola. Por iso, a **aprendizaxe en regulación emocional é clave para o seu desenvolvemento saudábel**.
- A **regulación emocional axuda aos nenos/as a exercer autocontrol sobre as súas emocións negativas e sentir un estado emocional xeral máis positivo, o que beneficiará á calidade e satisfacción das súas relacións cos demais**.
- **No día a día**, podemos axudar aos cativos/as no seu desenvolvemento emocional **creando espazos para o intercambio emocional no fogar e na aula**. É dicir, dándolles oportunidades para darse conta das emocións que senten, da diversidade e distinta intensidade que poden ter, do beneficioso que é falar sobre elas, e da conveniencia de buscar o noso apoio para manexalas antes de que lles desborden.
- Nais/pais e mestras/es somos a súa fonte principal de referencia, confianza e seguridade, e polo tanto, o espello no que se miran á hora de entender e xestionar as súas emocións. Así que, para exercer de pilar do seu crecemento en autorregulación é fundamental coidar o noso propio benestar emocional. **Sentirnos a gusto internamente e en calma é clave para poder actuar coa paciencia e temperanza que require dotar ás nosas crianzas de destrezas de xestión emocional**.
- Promover o **manexo emocional** nos nenos/as é unha boa maneira de **reforzar a súa "resiliencia"** ante as adversidades. Se ademais **compartimos as súas actividades e lles mostramos o noso afecto e aprobación**, reforzaremos a súa crenza na súa capacidade de superación dos contratempes e lles motivaremos para esforzarse, e non frustrarse, ante os tropezos.
- A actual situación de pandemia segue a requirirnos despregar todos os nosos recursos de afrontamento. Debemos compensar ese desgaste **practicando o autocoidado con rutinas saudábeis** de sono, exercicio, alimentación e relaxación, para así **amortecer o impacto negativo do estrés sostido na nosa saúde e poder fortalecer ás nosas crianzas**.



O tren ELISA leva cinco anos en marcha, seguindo o trazado do benestar das nosas crianzas.

Pregámosvos continuedes acompañándonos na viaxe deste curso 2021-2022!

MOITAS GRACIAS POLA VOSA COLABORACIÓN!

