



### Índex d' articles

#### Les mestres ens expliquen

Apunts sobre la xerrada: Viure i educar les emocions

#### Relació amb l'entorn 7è esmorzar pedagògic

#### Voleu llegir?

Aprendre i ensenyar amb benestar i empatia

#### Ho fem a l'escola

L'Estel Blau, escola formadora de futurs professionals

#### Fem salut

La dermatitis atòpica



### Les mestres ens expliquem

#### Apunts sobre la xerrada: Viure i educar les emocions.

La intel·ligència emocional apareix com la competència que té l'home per preocupar-se i gestionar la pròpia vida i, alhora, establir relacions constructivistes amb els altres.

L'individu actua d'acord amb el que íntimament considera valuós. S'esforça per aconseguir allò que creu que és bo per a ell. Sovint, se sent portat per un impuls afectiu, del qual ell mateix no sempre té un coneixement prou clar.

L'estudi del cervell, des de les anomenades neurociències, posa de manifest la seva plasticitat i la interrelació entre pensament i emoció: entre raó (el que penso i entenc), emoció (el que sento i vull) i acció (el que faig). El pensament i per tant l'aprenentatge estan lligats a l'emoció.

El ser humà neix amb unes capacitats que s'han de desenvolupar per poder créixer i millorar com a persones i només es poden desplegar plenament utilitzant les emocions. Aquestes capacitats es poden dividir en dues dimensions:

→ intrapersonals que connecten aspectes d'un mateix, que actuen sobre un mateix i que fan que el jo pugui canviar. Donen pas a l'autoestima en què l'individu es sent un subjecte singular i valorat, es sent digne i capaç i pot desenvolupar unes capacitats que són les que donen les eines per orientar-se a la vida i viure amb els altres. L'autoestima garanteix la supervivència de l'individu.

→ interpersonal que ens connectem amb les altres persones, conviure i treballar junts i apareix l'empatia. L'empatia garanteix la supervivència de l'espècie humana.

Hi ha d'haver interdependència entre l'autoestima i l'empatia, entre el jo i l'altre, tots necessitem el reconeixement i l'afecte de l'altre. Conseqüentment fomentem la maduresa personal i millora la nostra civilització.

Com hem dit, per desenvolupar les capacitats necessitem les emocions que poden ser:

→ positives com l'alegria, l'amor, la compassió, l'esperança,... que ens possibilitem la identificació amb la col·lectivitat i ens ajuden per poder dur a terme el treball en equip, la vida familiar, la convivència en una comunitat,.. i garanteixen la supervivència de l'espècie humana

→ negatives com la por, l'ansietat, la tristesa, l'enveja,... que ens alerten dels perills i ens protegeixen de fer-nos mal. Garanteixen la supervivència física de l'individu.

No és el mateix apostar i exercir de forma continuada les unes i les altres, les emocions negatives són necessàries per sobreviure, però no les hem de utilitzar constantment per gestionar les nostres vides perquè determinaran la relació amb els altres i per tant la societat on vivim.

Instal·lar-se en les positives com a opció del nostre projecte vital és apostar pel desenvolupament personal i social, per la millora continuada, per la creativitat de tot el col·lectiu humà, cadascú segons la seva singularitat.

És obvia la importància que té per l'educació aquesta opció que representa presència constructiva i il·lusionada, actitud d'acceptació dels altres, disposició a resoldre amb rigor les dificultats de l'ensenyament-aprenentatge, superar les incerteses, establiment de vincles afectius i de convivència, esforç continuat i apassionat per atendre les demandes de tota mena que planteja la vida individual i col·lectiva i crida permanent a acostar-se a la felicitat i a l'amor.

### Relació amb l'entorn

#### 7è esmorzar Pedagògic

Aquest passat dissabte 23 de febrer, la Coordinadora d'Escoles Bressol de Catalunya hem celebrat el 7è esmorzar pedagògic i l'assemblea anual de socis.

Ha estat tot un èxit com ho va sent cada any (tot i la climatologia que s'havia anunciat).

Enguany la trobada va ser a l'Escola Bressol Sol Solet de Barcelona. L'equip del centre ens va ensenyar l'escola i ens va explicar el seu projecte. Va ser molt interessant, en vam aprendre molt. Vam poder compartir el gran potencial humà que tenen a l'escola, ens van explicar què i com treballaven, vam veure els seus espais ben aprofitats i tant i tant acollidors, ens van deixar molt bon gust de boca i ganes de seguir fent una feina ben feta.

Després vam comptar amb en Pere Darder, per fer una xerrada - debat amb el tema **Viure i educar les emocions**. Xerrada molt interessant al voltant de les emocions, el pensament i l'acció, amb la qual vam acabar el 7è esmorzar pedagògic de La Coordinadora d'Escoles Bressol de Catalunya de 2013.

### Voleu llegir?

#### Aprendre i ensenyar



**APRENDRE I ENSENYAR  
AMB BENESTAR I EMPATIA**  
**La formació emocional del professorat**

Coordinació general de  
Pere Darder Vidal

Editorial Octaedro

Aquesta obra està adreçada al professorat de totes les etapes educatives, es parteix d'una exposició de la funció de les emocions i de la salut psicològica d'infants i joves, es presenten propostes d'actuació en el centre i dins l'aula, per acabar obrint algunes reflexions sobre com estructurar la formació i assumir la pròpia professió.

## *Ho fem a l' escola*

### *L'Estel Blau, escola formadora de futurs professionals*

#### **Escola Bressol l' Estel Blau L' Hospitalet del Llobregat**

La nostra escola acull cada curs alumnes de pràctiques, tan des de la vessant de formació educativa (M.G.S.E.I. o Grau d'E.I.) com des de la vessant social i terapèutica.

Arran de les valoracions de l'equip i de les dels i les alumnes de pràctiques, hem elaborat un projecte amb l'objectiu de recollir diferents reflexions envers aquest procés que es realitza durant la formació.

El personal de pràctiques realitza a les escoles un procés d'aprenentatge, que possibilitarà conèixer les seves virtuts i mancances, però especialment, reconèixer la seva vocació envers el 0-3. Per tot això, el nostre objectiu, respecte el seu procés són:

- Acompanyar als i les estudiants en el seu procés d'aprenentatge professional, oferint la possibilitat d'observar i participar del projecte de l'aula i l'escola envers la seva formació.
- Oferir un espai de reflexió sobre la pràctica diària
- Desenvolupar un esperit crític respecte el projecte de l'aula i de la pròpia escola (filosofia i metodologia)
- Desenvolupar un esperit crític respecte la pròpia pràctica.

El procés de pràctiques a l'ESTEL BLAU s'inicia a partir de l'assignació de places des del centre formatiu d'on provenen, determinant el llistat d'alumnes, dates i horaris del seu procés. Un dia abans d'iniciar el conveni, la direcció de l'escola acull les alumnes, per tal de visitar l'escola, intercanviar idees sobre el seu procés, recollir informació de cada alumne (dades personals, experiència professional...) i de manera conjunta, decidir el lloc on realitzaran les pràctiques. A partir d'aquest moment realitzen una observació, sense fer cap intervenció a l'aula assignada. Un cop realitzada aquesta observació, la direcció es tornarà a reunir amb els i les alumnes per intercanviar idees sobre el projecte educatiu de la llar, la seva filosofia i metodologia, arribant a acords en pautes d'actuació.

Durant el temps que hi sigui, l'alumne es reunirà quinzenalment amb la tutora de pràctiques i mensualment amb la direcció. Les valoracions corresponents es fan arribar al tutor de pràctiques del centre on provenen per a completar el procés.

Finalment, els i les alumnes, realitzen una valoració escrita del seu aprenentatge i de la nostra funció com escola formadora, destacant els aspectes a millorar. Arran de les seves reflexions, l'equip adaptem el projecte d'escola formadora segons les seves necessitats i inquietuds.

Les escoles hem de possibilitar als i les alumnes de pràctiques un projecte formatiu complementari al que reben, creant espais de reflexió i intercanvi per desenvolupar el seu esperit crític i no utilitzar el seu temps per cobrir la necessitat de personal que la majoria d'escoles bressol patim a causa de la nostra situació educativa respecte l'Administració.



## *Fem salut*

### *La dermatitis atòpica.*

La dermatitis atòpica és un trastorn inflamatori de la pell, que es caracteritza per una picor intensa i la pell molt seca i sensible. Posteriorment apareixen zones de pell inflamades i envermellides que s'anomenen èczemes i que afecten unes zones determinades del cos. Té un caràcter crònic, és a dir, la duració de la malaltia és llarga però benigne i es manifesta en forma de brots.

A Espanya 1-2 nens de cada 10 tenen dermatitis atòpica. A la majoria de casos s'inicia durant el primer any de vida o ens nens petits i pot perdurar fins l'adolescència o, menys freqüentment, fins l'edat adulta. Malgrat que la duració pot ser llarga, en un 60% haurà desaparegut a la pubertat.

En el desenvolupament influeixen factor genètics (pares al·lèrgics tenen més probabilitat de tenir fills amb dermatitis atòpica), immunològics i ambientals. Aquests factors fan que hi hagi una alteració de la barrera cutània amb una pèrdua d'aigua i més fragilitat davant factors externs irritants. Això provoca en aquests nens una pell seca, amb picor, que posteriorment donarà èczemes que amb el rascat es poden sobreinfectar. Els èczemes a bebès es localitzen a cara i tronc i, a nens, a flexures de colzes, genolls, clatell, cara, mans i peus.

Com a mesures generals per la cura de la pell dels nens atòpics recomanem els banys amb aigua tèbia (no calenta), sense excedir els 10 minuts i intentant que siguin a la nit, ja que els calma més la picor. Es recomanable no utilitzar esponges per evitar la fricció de la pell i utilitzar sabons greixosos o sense detergent. L'assecat ha de ser suau, sense friccionar amb la tovallola i, posteriorment, amb la pell humida, posar una crema hidratant adequada per pells atòpiques

S'aconsella mantenir les ungles curtes i netes per evitar que quan es rasquin es produeixin ferides o infeccions.

També és preferible l'ús de roba de cotó i evitar la llana o productes sintètics que accentuen la picor. El calçat també ha de tenir una bona transpiració i els mitjons han de ser de cotó. Per rentar la roba és millor no utilitzar suavitzant o lleixiu.

La temperatura i la humitat de l'ambient ha de ser constant i s'ha d'evitar ambients secs, ja que empitjoren les lesions de la pell.

No està contraindicat ni el sol ni la platja, excepte en brots importants on pot empitjorar. Les piscines clorades ressequen molt la pell per això es recomana intensificar la hidratació abans i després de la piscina.

Malgrat els pares apliquin aquestes mesures als seus fills, la dermatitis atòpica no deixa de ser una malaltia i hi ha moments on empitjora i requereix un tractament específic de les lesions.

Aquests brots o períodes d'empitjorament són més freqüents a l'hivern, amb el fred i els ambients secs. Quan apareixen aquests èczemes i no es resolen amb les mesures bàsiques s'ha de consultar al pediatra o dermatòleg que instaurarà el tractament més idoni per cada cas. Els tractaments utilitzats són els corticoides tòpics (per tractar els èczemes), els antihistamínics orals (per tal de disminuir la picor) i els antibiòtics en el cas que existeixi una sobreinfecció. Actualment existeix una nova generació utilitzats d'una forma correcta, tenen molt pocs efectes secundaris i un gran benefici sobre la malaltia.

Dra Francesca Corella

Unitat de Dermatologia del Consorci Sanitari de Terrassa