



CONVIVENCIA ESCOLAR

# **ACOMPañAMIENTO FAMILIAR 2020**



**Construyendo una alianza efectiva entre familia y colegio**



## Buena convivencia familiar

Que los padres, madres y apoderados/as:

- ➡ **Reflexionen** en torno a la emergencia sanitaria y su rol.
- ➡ **Conozcan** estrategias para lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena
- ➡ **Incrementen su participación y compromiso** en la promoción de un sano desarrollo emocional y buen clima de convivencia.



# Emergencia sanitaria una oportunidad

La emergencia sanitaria que estamos viviendo actualmente y que obliga a las familias a permanecer en sus casas, está poniendo a prueba la convivencia familiar.

La combinación de teletrabajo y niños sin clase, puede resultar difícil, sin embargo, también puede que sea una oportunidad única para adquirir nuevos aprendizajes y mejorar nuestras relaciones.



# Emergencia sanitaria una oportunidad

El ritmo frenético del día a día ha dado un frenazo de golpe y es posible que durante estos días tengamos la oportunidad de volver a conectar con nuestros hijos, practicar la escucha activa y, la comunicación. Es el momento de establecer pactos, trabajar la empatía y los miedos. La organización familiar se vuelve indispensable para compaginar trabajo, deberes y tiempo libre.



# Emergencia sanitaria una oportunidad

El ritmo frenético del día a día ha dado un frenazo de golpe y es posible que durante estos días tengamos la oportunidad de volver a conectar con nuestros hijos, practicar la escucha activa y, la comunicación. Es el momento de establecer pactos, trabajar la empatía y los miedos. La organización familiar se vuelve indispensable para compaginar trabajo, deberes y tiempo libre.



# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?





# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Mantener horarios y la rutina habitual.
- Acostarse y levantarse a la misma hora, establecer rutinas para las tareas y horarios de juego.
- Mediante reuniones de familia pueden acordarse los tiempos, cuando los niños sienten que se les tiene en cuenta y colaboran, es más sencillo que estén dispuestos a cumplirlo.



# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Puede ser un buen momento para trabajar la autonomía a la hora de vestirse, doblar su ropa o ducharse.
- Con las prisas, en ocasiones, acabamos haciendo cosas por ellos, que, sin lugar a dudas, podrían realizar ellos solos.
- De igual manera, muchas de las tareas del hogar pueden ser realizadas por ellos mismos, fomentando así la seguridad en sí mismos y estimulando la capacidad de colaboración.





# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Es un buen momento para conocer mejor sus fortalezas y debilidades y, sobre todo, para trabajar sobre estas.



# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Con esta situación, es muy posible que, en muchas ocasiones nos veamos sobrepasados y, quizá, la mejor herramienta que podemos usar con ellos sea la **honestidad emocional**, haciéndoles saber cómo nos sentimos y lo que necesitamos o esperamos de ellos.
- De esta manera, estaremos automodelando y permitiendo que ellos también puedan expresarse, que identifiquen lo que sienten y le pongan nombre para después acompañarles en sus emociones trabajándolas con un dibujo, un juego o una conversación juntos.



# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Puede ser una oportunidad para desconectar de pantallas y móviles y hacer juegos en familia fortaleciendo el vínculo entre sus miembros.



# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- NO es necesario mantener a los niños y niñas ocupados todo el tiempo.
- Los niños necesitan calma y sosiego para interiorizar los estímulos que les llegan.
- La mayoría están empezando ahora a conocer el aburrimiento y no debemos olvidarnos que el juego libre es indispensable para el autocontrol, la planificación y la creatividad.



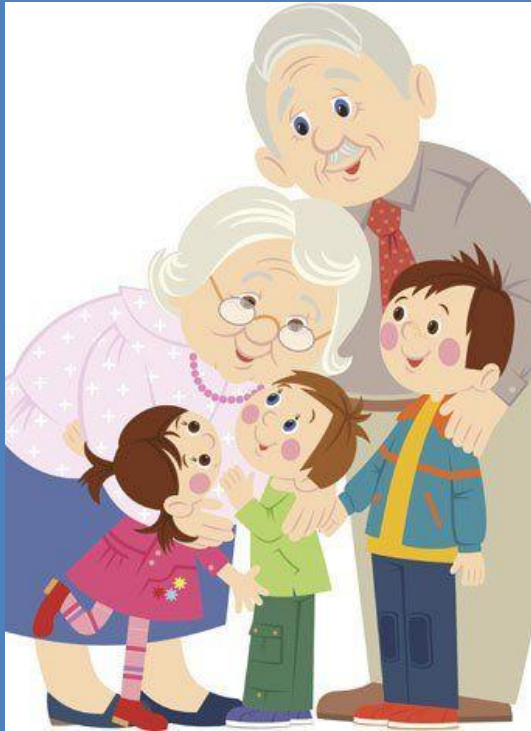
# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Este es sin duda, el mejor momento para trabajar con niños y adolescentes **grandes valores** como la empatía, la cooperación, la responsabilidad, el cumplimiento de normas, el conocimiento de la Ley, el respeto a los demás, la solidaridad o la necesidad del respeto de los espacios de cada uno en el hogar (autocuidado).



# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Es el momento de devolver nuestros cuidados a los abuelos, quienes han cuidado de los niños todo este tiempo.
- Contribuir al compromiso que tenemos con ellos ahora, cuidando de ellos y tomando conciencia colectiva para proteger su salud.



# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Bajar nuestro nivel de exigencia, esta nueva situación precisa que asimilemos muchos cambios.
- Seleccionar aquellas batallas con los niños que merezcan la pena o sean importantes de verdad. Tener pequeñas concesiones con los niños.



# ¿Cómo lograr una sana convivencia familiar en período de cuarentena?



- Bajar nuestro nivel de exigencia, esta nueva situación precisa que asimilemos muchos cambios.
- Seleccionar aquellas batallas con los niños que merezcan la pena o sean importantes de verdad. Tener pequeñas concesiones con los niños.





**“Lo importante de una familia no es vivir juntos sino estar unidos”.**

**»Anónimo«**





En efecto, toda la ley se resume  
en un solo mandamiento:  
«Ama a tu prójimo como a ti mismo.»

**Gálatas 5:14**

