

TU LICEO PIENSA EN TI, EN TU FAMILIA... EN TODOS

INTERVENCIÓN DESDE EL ÁREA DE PSICOLOGÍA EN EL CONTEXTO ESCOLAR

ETAPAS ADAPTACIÓN EN CONFINAMIENTO-DURANTE EL TIEMPO DE VIRTUALIDAD Y EN PREPARACIÓN HACIA EL RETORNO PRESENCIAL

En concordancia con todas las políticas emanadas de los Ministerios de Educación y de Salud, el Liceo Musical SANTA CECILIA adoptó diferentes estrategias para acompañar a toda su comunidad educativa en el camino de asimilación y acomodación de las nuevas dinámicas sociales suscitadas a partir de la Emergencia Sanitaria secundaria a la propagación del COVID-19.

Vivimos momentos cruciales de vertiginosos cambios, en los que cada generación trae nuevos retos y riesgos. Ello nos coloca en el compromiso de continuar trabajando en inteligencia emocional y el desarrollo de la habilidad de la Resiliencia como la puerta que abre oportunidades en medio de la crisis.

Entre los desafíos que hoy afrontan niños y adultos, se encuentran:

- Los ajustes a la virtualidad.
- La comunicación lejana y desprovista de contacto físico.
- La disminución de actividades recreativas compartidas e individuales.
- La disminución en la interacción social fuera del núcleo familiar.

Objetivo General

Ofrecer a la comunidad educativa, a través de proyectos transversales, herramientas que cualifiquen su vida y favorezcan la adaptación a las nuevas dinámicas sociales secundarias a la Emergencia Sanitaria.

Objetivos Específicos

- Orientar a los miembros de la Comunidad Educativa Santa Cecilia hacia la proyección de mecanismos adecuados para afrontar situaciones de importancia en el desarrollo integral de los niños.
- Ofrecer canales propicios de asesoría que velen por el respeto a la individualidad y la confidencialidad.
- Facilitar procesos de asimilación y acomodación que auguren una buena adaptación a las modalidades educativas de preferencia familiar.

PLAN DE TRABAJO

Pensando en nuestra filosofía Institucional, se plantean tres frentes de trabajo importantes:

1. POBLACIÓN INFANTIL:

Ofreciendo con intensidad semanal, conversatorios sobre temas de significativo valor para su crecimiento socioemocional y que hicieran posible para ellos el desarrollo de habilidades intrapersonales e interpersonales.

Disponiendo de asesorías privadas, que previamente se concilian desde la Secretaría del Liceo, en las que se permita desahogo emocional adecuado y la apropiación de recursos que faciliten la formación de fortalezas del carácter. De igual manera y en función de atender situaciones relacionadas por contagio por COVID, los niños encuentran aquí un espacio propicio para liberar inquietudes y recibir información comprensible.

Proporcionando ejercicios lúdicos que favorezcan el aprendizaje de nuevos hábitos de AUTOCUIDADO, considerando la urgente necesidad de aportar desde lo individual en acciones positivas para enfrentar esta situación de salud mundial, como el que caracteriza al virus por COVID.

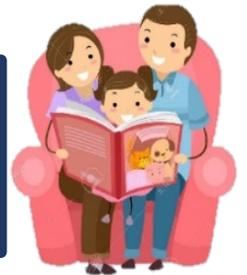


2. POBLACIÓN DE PADRES DE FAMILIA:



2.1 Compartiendo a través del correo institucional, mensajes con recomendaciones generales que pudieran favorecer la adaptación a las políticas de Confinamiento en casa.

ME QUEDO EN CASA - TAREA DE FAMILIA APRENDO EN CASA - TAREA DE TODOS



“Me quedo en casa” es mucho más que una consigna. Es una invitación a nuestra humanidad para colocar desde cada ser, semillas de Fe, Fortaleza y Esperanza para afrontar la crisis.

Cada uno de nosotros dispone de recursos emocionales muy valiosos que serán el bastión para recuperar la armonía y adaptarnos exitosamente a las indicaciones que los líderes de cada espacio territorial marquen para cuidar nuestra existencia.

Con mucho compromiso, les compartimos algunos **TIPS** que pueden serles de gran apoyo:

- Buscar información veraz y de fuentes científicas.
- Afrontar de manera positiva.
- Establecer rutinas diarias.
- Determinar lugares de trabajo comunes y lugares privados.
- Realizar pausas activas físicas y emocionales.
- Hacer buen uso de los recursos tecnológicos.
- Revisar tareas pendientes.
- Mantener conexión emocional con las personas cercanas, especialmente los abuelitos.
- Verbalizar varias veces en el día y en familia... **“Me quedo en casa, tarea de familia... aprendo en casa, tarea de todos”**.

¿QUÉ HACER EN MOMENTOS DIFÍCILES CON NUESTROS NIÑOS PEQUEÑOS?



Queridos Papitos, la bella tarea de **SER y CRECER** como padres nos pone en una sinfonía de emociones inimaginable, que hoy tiene diferentes matices al quedarnos en casa.

Antes de darles algunos pequeños TIPS, dosis que serán de beneficio, queremos recordarles que:

- En casa tienen lo que necesitan. Nuestra presencia física y emocional lo es todo.
- Nuestros niños son modeladores puros y por eso imitan todo lo que ven en sus adultos.
- Debemos esforzarnos MUY BIEN A NUESTROS NIÑOS.
- Las pataletas, o rabietas, expresadas con conductas de impulso son esperadas, para nosotros, de que los niños están buscando el equilibrio entre lo que desean y sus intereses.
- Los niños son un motorcito de energía y ahora que el espacio físico se ha limitado por el confinamiento en casa, es posible que aumenten estas conductas de impulso.
- Las rutinas de casa facilitan muchísimo estos momentos, además de beneficiar la colaboración en el hogar.

Bien, y ahora para responder a la pregunta **¿Qué podemos hacer?**, estos consejitos les queremos compartir:

- Guardar la calma. Esto es lograr una actitud serena. Nuestros gestos, palabras y acciones, hacen la diferencia entre solucionar un momento difícil o perpetuarlo.
- Sostener la firmeza del límite, en otras palabras, no ceder ante lo que los niños desean a través de conductas de impulso.
- Aplicar tiempo fuera. Esto es ubicar un espacio neutral para detener la conducta errada. Aquí es importante cuidar lo que decimos, ya que no es un

castigo, es una estrategia que permite liberar el enojo y encontrar la tranquilidad.

- Mantener abierto el poder de un abrazo. Muchas veces es lo que necesitan.
- Observar muy bien los factores que desencadenan las pataletas. Algunas veces obedecen a necesidades básicas; otras, a necesidades externas.
- Anticipar situaciones que ya se conocen como causas de deseos o de molestias.
- Evitar dar demasiadas explicaciones cuando ya se colocó un “no”. Esto solo aumentará que se desencadenan más y más conductas complejas.
- Cambiar el tono de voz y los gestos cuando vamos a indicar un PARE frente a una conducta que no vamos a permitir o cuando estamos frente a una conducta positiva del niño que vamos a elogiar.
- Cuidar los códigos de comunicación en casa. Esto es palabras corticas que tengan mucho poder: “primero ... después ... carita feliz... corazón contento... sonrío y me tranquilizo...” entre muchas más.
- Mantener cerca de ellos. Darles tiempo para recuperar la energía. Y cuando todo sea remanso de paz, cerrar ese momento difícil con un beso y un abrazo.

2.2 Ofreciendo la línea de comunicación “Conectados con el Corazón Santa Cecilia” para solicitar apoyo a situaciones específicas familiares. En el caso concreto de eventos relacionados con contagio por COVID-19, se hace presencia afectiva positiva como miembros de la familia institucional y se direcciona si hay necesidad de otro apoyo profesional externo.

LÍNEA DE COMUNICACIÓN

“Conectados con el Corazón Santa Cecilia”

Para solicitar apoyo a situaciones específicas familiares. En el caso concreto de eventos relacionados con contagio por COVID-19, se hace presencia afectiva positiva como miembros de la familia institucional y se direcciona si hay necesidad de otro apoyo profesional externo.



**Línea de atención individual: 2692299 Cel: 3118561491
(cita previa en la Secretaría)**

2.3. Organizando Talleres Pedagógicos sobre herramientas generadoras de actitudes positivas para mirar la adversidad.

EDUCAR DESDE LA AMABILIDAD Y LA FIRMEZA DISCIPLINA POSITIVA



- Mantener la dignidad y el respeto de los padres e hijos.
- Trazar metas a largo alcance.
- Enfocar las soluciones y desmitificar los castigos.
- Investigar qué es lo que los hijos quieren y deciden.
- Involucrar a los niños para que aprendan a trabajar hacia soluciones.
- Aplicar las herramientas de la Disciplina Positiva en forma flexible, ya que cada niño es un mundo diferente.

2.4 Elaborando cortos videos denominados “**VACUNITAS**” alusivos a importantes principios y valores humanos, como tareas maravillosas de construcción personal:

- VACUNITA DE LA ALEGRÍA:
<https://www.youtube.com/watch?v=1xNaYSkon3o>
- VACUNITA DEL AMOR:
<https://www.youtube.com/watch?v=8vHsBpqye8E>
- VACUNITA DE LA DISCIPLINA:
<https://www.youtube.com/watch?v=WUuPbLebSM0>
- VACUNITA DE LA PACIENCIA:
<https://www.youtube.com/watch?v=ZzozO0yLEg>
- VACUNITA DE LA PERSEVERANCIA:
<https://www.youtube.com/watch?v=5LgwBN2fLhs>
- VACUNITA DE LA GRATITUD:
<https://www.youtube.com/watch?v=30DE-GIW4kw>
- VACUNITA DE LA SABIDURÍA:
<https://www.youtube.com/watch?v=HAeQI3fcCtc&t=2s>
- VACUNITA DE LA COMUNICACIÓN:
<https://www.youtube.com/watch?v=fJaEcYoB1zA&t=1s>



¡Conectados siempre
con el corazón Santa
Cecilia!

3. EQUIPO INSTITUCIONAL:

3.1 Acompañando junto con el personal Directivo, el ensamble de las nuevas metodologías y el trabajo en línea desde casa.

3.2 Proporcionando estrategias pedagógicas que faciliten el ambiente de aula y la participación activa de los niños.

3.3 Ofreciendo espacios de asesoría personal en los que se da valor a las historias singulares de cada familia y, con compromiso institucional, se ofrecen pautas, se sugieren alternativas y se realizan seguimientos.

ACOMPAÑAMIENTO

Acompañando en equipo junto con personal Directivo, el ensamble de las nuevas metodologías y el trabajo en línea desde casa.

Proporcionando estrategias pedagógicas que faciliten el ambiente de aula y la participación de los niños.



ASESORÍA

Ofreciendo espacios de asesoría personal en los que se da valor a las historias singulares de cada familia y, con compromiso institucional, se ofrecen pautas, se sugieren alternativas y se realizan seguimientos periódicos.



TIPS PARA SEGUIR TRABAJANDO DESDE CASA CON AMOR



BÁSICA PRIMARIA:

- Cumpló con todas las normas para realizar mis rutinas de higiene ... manos, dientes y todo mi cuerpo en buen estado se mantienen.
- Realizo con entusiasmo oficios que son del hogar, así muestro a mi familia mi deseo de colaborar.
- Desarrollo mis actividades escolares en un lugar apropiada y fijo, esto me ayuda un montón y me llena de regocijo.
- Respeto el turno para hablar con mis compañeros y profesoras, comprendo que cada uno quiere compartir sus historias.
- Hago pausas divertidas en distintos momentos del día, con ello encuentro descanso y recargo mi batería.
- Pienso en la gran enseñanza que estar en casa nos da, porque contribuimos a cuidar la humanidad.
- Ofrezco palabras bonitas, cuando me incomodo o me enfado, entiendo que todos queremos el corazón alivianado.
- Voy a la cama tempranito y un buen sueño me regalo, mi cerebro sigue activo y despierto emocionado.

Recuerdo que...

“TENGO UN CEREBRO ACTIVO Y UN CORAZÓN DISPUESTO... PARA HACER SIEMPRE LO CORRECTO”.

PREESCOLAR:

- Me despierto muy alegre y con manitos de oración doy gracias a Papito Dios.



- Regalo en una nube de abrazitos, un saludo que alegres corazoncitos.

- Voy al baño rapidito y colaboro para vestirme solito.



- Alimento mi cuerpo con energía para empezar un maravilloso día.

- Ordeno mis materiales antes de empezar y disfruto cada instante de mi rutina escolar.



- Uso las palabras mágicas que en mi cabecita están y que buenas acciones me guiarán: - “Por favor, gracias, ¿me das?, Con permiso, me prestas, me disculpas y qué bonito está”.

- Busco, con emoción y amor, a mi profe en el monitor.



- Sigo con atención, y paso a paso, cada indicación.

- Levanto la manito si necesito hablar, esto es importante y significa respetar.

- Si en algo encuentro dificultad, observo de nuevo y vuelvo a intentar.

- Comparto en familia lo que aprendí a hacer... yo sé que todos se van a entretener.

- Voy a la camita muy tempranito y oro por un dulce sueño que ayude a mi cerebritito.



Recuerdo que...

“SI OBSERVO, ESCUCHO Y OBEDEZCO... SOY FELIZ”.

Martha Cecilia Trujillo Ospina

Psicóloga – LICEO MUSICAL SANTA CECILIA

