



Quédate en casa.

Departamento de
Convivencia Escolar
Liceo Belén Copiapó

2020



Ideas para pasar el confinamiento.

INTRODUCCIÓN

El confinamiento, debido a la pandemia ocasionada por el Covid-19, pone a las familias en una situación nueva y, para muchas, hasta estresante si no la saben gestionar, ya que ha alterado las condiciones “normales” de interacción de cada integrante del hogar.

La incertidumbre y las dudas sobre el futuro crean tensiones que desfavorecen el disfrute de lo que pudiera ser una oportunidad para fortalecer los lazos afectivos entre los miembros de la familia.

Con la finalidad de generar un ambiente más armonioso y aprovechar mejor la unión y el tiempo familiar, el departamento de convivencia escolar, comparte algunas ideas para una convivencia saludable para el bienestar de la casa.



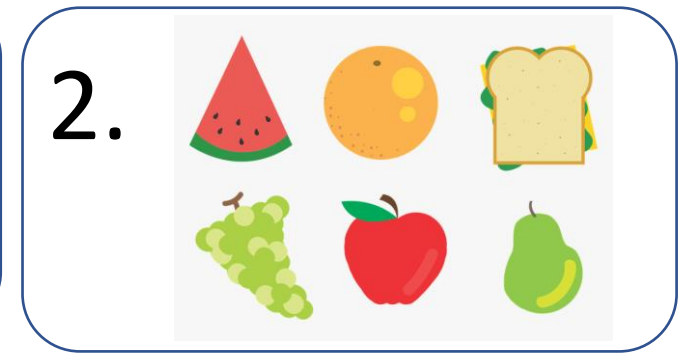
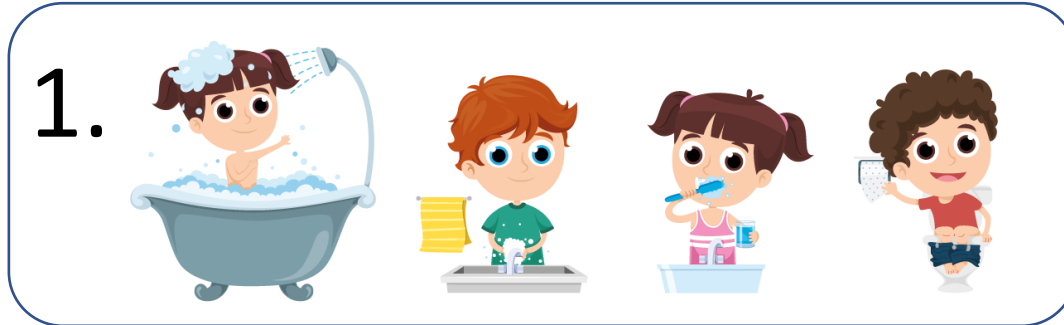


ESTABLECER NORMAS Y ROLES.

Incluir a cada miembro de la familia de modo que todos se involucren asumiendo actividades según sus edades y capacidades, comprometiéndose a cumplir el rol delegado y respetando las normas establecidas en consenso, fortaleciendo así la solidaridad e idea de equipo.

Es recomendable fijar horarios para trabajar, descansar, asearse y comer, así evitaremos caer en excesos.

ESTABLECER NORMAS Y ROLES.



ESTABLECE HORARIOS

1. Hábitos higiene.
2. Hábitos alimentación.
3. Hábitos estudios.
4. Hábitos trabajo en equipo (todos colaboran en casa).
5. Hábitos risas ocio.
6. Hábitos ocio saludable y ejercicios.

COMPARTE TIEMPO EN FAMILIA.



Juegos de mesa



Bailar



Risas



COMUNICACIÓN RESPETUOSA.



Establece límites con firmeza y con amor.
Genera un diálogo y comunicación.

"Siete frases para mejorar la comunicación con la familia"

"Sólo para Ti"

ergit13

- Te amo...
- Te admiro...
- Gracias!...
- Perdóname, me equivoqué...
- Ayúdame, te necesito...
- Te escucho...háblame de ti!...
- Eres especial!...

Es importante hacerles saber a tus seres queridos cuanto ellos significan para ti.



Queremos que sigas
soñando y construyendo
tu futuro...la Pandemia no
durará para siempre...tú
motivación es muy
importante...continúa con
tus ideales...

Lealtad Compartir **SOLIDARIDAD**
Comunicación *Alegria* Confianza

RESPECTO
Afecto



Recuerda, la convivencia es interacción respetuosa entre personas.

Te saluda con mucho cariño...Convivencia Escolar Liceo Belén