

Tiempo de Agradecer...

# 03
Julio, 2.020

TIEMPO DE AGRADECER...

"El agradecimiento es la memoria del corazón"

Gracias por este cambio inesperado en la rutina que nos llevó, en muchos casos, a descubrir habilidades inexploradas, encontrar nuestra capacidad de adaptación, nuestra fuerza y valor para continuar a pesar de las dificultades, nuestra creatividad e iniciativa para re inventarnos...

Gracias por que se abrió el espacio y el tiempo para la cercanía familiar, para la convivencia en casa, para la escucha activa, para el encuentro interior, para la reflexión personal...

Gracias a los niños por no desistir a pesar de estar lejos de su aula de clases, gracias por mantener la ilusión y el deseo de aprender, por ser obedientes, responsables, perseverantes, estudiosos, curiosos, incansables, por llenar de alegría y esperanza a sus padres y maestros, gracias por lograr con éxito sus metas escolares...

Gracias a los padres que acompañaron a sus hijos en la tarea de estudiar, que asumieron por momentos el rol del docente, que siguieron las orientaciones de sus maestros y profesores, especial agradecimiento a los representantes que aceptaron ser delegados de curso, gracias por ser ese puente de comunicación continua, por su dedicación, por su generoso tiempo, por ser la voz de los padres y los maestros...

Gracias a los maestros y profesores, que dieron lo mejor de sí para afrontar el reto de la educación a distancia, gracias por no dejarse vencer por las dificultades del entorno, por buscar nuevas estrategias y adaptarse a los nuevos tiempos, por seguir formándose, por creer en sus alumnos y en sus padres, por valorar y reconocer sus esfuerzos..., gracias a los coordinadores y directivos por mantener el rumbo, conducir, trabajar y confiar en sus equipo y hacer realidad el proyecto común de educar...

Gracias a mi equipo del Centro Ivon, Carlen y Yanire por acompañarme en la labor de apoyar, sugerir, adecuar, escuchar, mediar, orientar, incluir...gracias por creer y hacerlo posible ...

Gracias a nuestro Colegio, una institución que no se rinde, que sigue apostando por una educación integral de excelencia, que cree en sus representantes, sus alumnos, su personal docente, administrativo y obrero convencido que juntos como familia **Loyola Valiente** siempre saldremos adelante **llenos de Fe y de Ilusión** formando los jóvenes que **la patria espera y necesita**...

Gracias a Dios y María Santísima por otro año escolar que finaliza lleno de bendiciones e innumerables razones para agradecer....

Amorina Segovia M.

SER AGRADECIDO
cuando encuentras algo que no sabes, te da la oportunidad de aprender.

SER AGRADECIDO
cuando enfrentas tiempos difíciles, te la oportunidad de crecer.

SÉ AGRADECIDO
con tus limitaciones, porque te dan la oportunidad de superarlas.

Es fácil ser agradecido por las cosas buenas. Pero si encuentras la forma de agradecer tus problemas, los convertirás en bendiciones.

#YOMEQUEDOENCASA

Lic. Ivon Barnuevo

Lic. Yanire Acosta

Lic. Carlen Colina

Lic. Amorina Segovia
Coordinadora



El niño CALIFICACIÓN

Solo valoran mis logros académicos

Tengo miedo a la desaprobación de mis padres

Mis padres creen que el éxito está garantizado con buenas notas

Aprendo para cumplir, no porque me guste

Miden su "eficacia" como padres en función de mis notas

Mis notas son un trofeo para mis padres

Olvidan que soy una persona

www.psicochamos.com

Mírame por lo que soy.

Soy más que una nota en la boleta...

Soy una persona, una persona que puede quizás no ser tan bueno como tú con las matemáticas, pero el arte se me da muy bien...

-Felicítame por lo que logré, más allá de mis notas...

Déjame ser lo que yo soy.

CARICIAS EMOCIONALES...

Los seres humanos necesitamos para desarrollarnos oxígeno, agua y comida, pero sobretodo necesitamos caricias.

Por ello, es necesario que practiquemos las caricias emocionales con los niños desde que son pequeños.

Una caricia emocional es algo así como decirle a alguien: eres importante para mí. Y todos queremos tener testigos de nuestra vida que nos aporten felicidad y para los que nuestra presencia, es una presencia especial.

A través de las caricias emocionales también vamos a promover y desarrollar la salud mental y emocional de nuestros hijos.

Ideas de caricias emocionales que todos los niños necesitan

- Una mirada
- Una sonrisa o un guiño
- Un 'me gustas' o 'te quiero'
- Compartir juegos
- Contar historias familiares
- Dar las gracias
- Ayudarles a conseguir un sueño
- Bailar juntos o escuchar una canción
- Hacer cosquillas o un masaje
- Leer un cuento mientras agarras su mano
- Decir: 'Eres importante para mí', 'confío en ti'
- Abrazar y besar sin parar
- Pensar en un regalo emocional especial
- Organizar una fiesta sorpresa
- Estar presente

Guía infantil

¡Se dice que es el mejor alimento para el alma!

QUEDÁNDOTE EN CASA TE CUIDAS TU Y NOS CUIDAS A TODOS!!!

La forma en que le hablamos a nuestros hijos se convertirá en su voz interior.

Las palabras que salen de ti - mamá/papá - tienen un impacto muy profundo en tu hijo. Él llegó al mundo libre de prejuicios, como un cristal transparente y lo que le reflejas puede limpiar o mancharlo.

Recomendación:

1.- No etiquetes: *"Eres un cobarde."* *"Eres tonto."* *"Qué lento eres."*

2.- No compares: *"Eres la más inteligente de toda la clase."*

"Deberías ser ordenado como..." *"Yo a tu edad era..."*

3.- No critiques: *"Qué mal te quedó tu trabajo."* *"Qué gorda te ves en ese vestido."*

"Eres una papa para andar en bici."

4.- No limites: *"No eres matemático."* *"No sirves para esto."*

"No tienes la capacidad..."

5.- No apoyes la autocrítica. Ayúdale a que no se diga a sí mismo los anteriores.

En su lugar:

1.- Refleja sin juicio: *"Veo que tienes miedo."*

2.- Estimula: *"¿Qué necesitas hacer para atreverte?"*

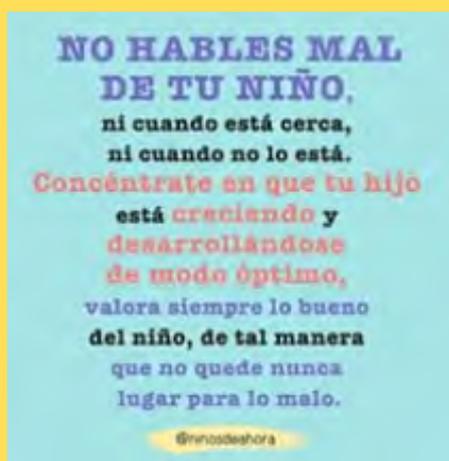
3.- Señala: *"Esto que hiciste es incorrecto."* (Se refiere al hecho, no al niño.)

4.- Expande: *"Si practicas más te saldrá el ejercicio."*

5.- Apoya la auto afirmación: *"¿Cómo se sintió lograrlo?"*

Ser un buen espejo ayuda a tu hijo a ver lo que hay, a transformar lo que no quiere y a dar lo mejor de sí mismo.

Hay muchas maneras de poder hacer que tu hijo aprenda de ti y ese cristal transparente pueda irradiar un brillo especial.



CIBERACOSO



¿Cómo proteger a nuestros niñas, niños y adolescentes?

Es un tipo de violencia que se vale de la información electrónica como correos, redes sociales, blogs, mensajes de texto.

Debemos estar atentos porque es un tipo de violencia que no se realiza cara a cara y puede costar más identificar al culpable para hacer que asuma la responsabilidad de sus actos.

La clave es la prevención. A continuación alguna recomendaciones:

- Enseñemos a nuestros niños a no chatear con desconocidos, ni aceptarlos en redes sociales facebook, instagram, twitter etc.
- Enseñemos a nuestros niños a no subir fotos que puedan comprometer su privacidad.
- Enseñemos a nuestros niños a no colocar información personal específica por la cual puedan deducir donde estas, vives, número de teléfono
- Enseñemos a nuestros niños a no ofender a nadie por internet. Los enojos pasan pero la letra escrita queda.
- Enseñemos a nuestros niños a que es necesario hacer la denuncia si alguien utiliza las redes sociales para dañar, desprestigiar, ofender o humillar.



¿Cómo fomentar la resiliencia en los niños?

El mundo está lleno de dificultades, el punto es saber afrontarlas

La resiliencia permitirá en los niños adquirir herramientas para afrontar los retos de la vida diaria

¿Cómo ayudarlos?

- Transmitir seguridad física y emocional
- Brindar un entorno de calma y confianza
- Reconocer sus fortalezas
- Capacitar para la toma de decisiones
- Brindar un espacio de comunicación confortable
- Ayudar a entender el contexto de uno mismo y de los demás (empatía)
- Enseñar a hacer frente a los problemas y consecuencias de sus actos de manera positiva

¡¡¡IMPORTANTE!!!
Ayúdales a reconocer sus habilidades y recursos propios

La resiliencia es la capacidad que poseen los seres humanos para poder afrontar y superar las adversidades de la vida. Recuerda que no es posible proteger a los niños de los contratiempos de la vida, sin embargo, sí es posible fomentar la capacidad de resiliencia con la finalidad de hacerlos más fuertes y capaces de vencerlos.



@psicopedagogiaaldia16



LA COMUNICACIÓN EN CASA...



Es importante que entendamos como padres, que la comunicación es un puente sólido que constantemente debemos mantener con nuestros hijos.

Para manejar de forma efectiva este intercambio entre padres e hijos, es necesario que tomemos en cuenta lo siguiente:

- 1.- Escuchemos antes de emitir un juicio o demos una opinión hacia nuestros hijos.
- 2.- Demostremos siempre respeto, si bien es cierto que representamos autoridad ante ellos, también debemos mostrarles respeto, ya que su trato hacia nosotros automáticamente será de la misma forma.
- 3.- Tengamos siempre presente que la comunicación efectiva y afectiva beneficia de por vida a los niños y a cada miembro de la familia.
- 4.- Cuidemos la manera de expresarnos al momento de hablar con nuestros hijos.
- 5.- Conversar abiertamente con nuestros hijos, les dará confianza de ser abiertos con sus padres al momento en que les corresponda contarnos sobre algún tema.

De la comunicación sincera y efectiva tendremos familias más cercanas y positivas.



@proyecthappierworld

VACACIONES!!!



Niños En Casa Vacaciones.. Que podemos hacer?

1. Vean una película y coman palomitas de maíz.
2. Hagan la búsqueda de un tesoro.
3. Horneen galletas.
4. Disfrácense.
5. Hagan sombreros de papel.
6. Preparen una merienda saludable.
7. Hagan una carrera de relevos o carrera de obstáculos en su casa. Sean creativos.
8. Jueguen a las escondidas.
9. Hagan una guerra de bolas de nieve pero con calcetines.
10. Construyan un fuerte de cajas de cartón y cinta adhesiva.

1. Hagan una fiesta de baile con sus canciones favoritas.
2. Tengan una fiesta de té.
3. Lean rimas y poemas infantiles.
4. Jueguen avión en casa y píntalo.
5. Háganse la pedicura.



CAMPING EN EL JARDÍN



CINE EN CASA



PICNIC EN EL JARDÍN



KARAOKE EN FAMILIA



JUEGOS DE MESA

QUEDÁNDOTE EN CASA TE CUIDAS TU Y NOS CUIDAS A TODOS!!!

Y DESPUÉS DEL COVID-19, QUÉ?

Es una creencia generalizada pensar que de la crisis y los problemas suelen surgir nuevas oportunidades. Ojalá que la pandemia del coronavirus no se escape de esta afirmación, sobre todo cuando el confinamiento y el cierre de las actividades económicas tienen efectos diferenciados entre la población. Aunque la angustia y el temor por nosotros y quienes nos rodean están presentes en todos los seres humanos, hay quienes podrán soportar el confinamiento en una mejor situación que la gran mayoría de la población del planeta.

La mayor parte de mujeres, hombres, niños y niñas de América Latina, por ejemplo, carece de los medios económicos para abastecerse de comida suficiente para unos cuantos días pues vive de los ingresos diarios fruto de su trabajo o no tiene trabajo. Son estos mismos sectores los que soportan por lo general precarias condiciones de habitabilidad, caracterizadas por la insalubridad y el hacinamiento y que por lo mismo estarán más expuestos a los riesgos de contagio.

También para los cientos de miles de personas migrantes detenidas en las fronteras y para quienes malviven en países de América Latina y del norte global como migrantes económicos o como refugiados, el COVID-19 representa una amenaza adicional a sus ya duras condiciones de vida. Sin desconocer que la pandemia que soportamos tendrá implicaciones negativas para buena parte de los sectores económico, otros pocos saldrán fortalecidos. Es el caso del sector de las comunicaciones donde incluso es posible prever un aumento de sus ganancias debido a la creciente demanda de sus servicios y, por supuesto, la industria médica y sus grandes transnacionales.

Cuando esta paralización del mundo concluya, esperanza que nos mantiene a todas y todos alertas, la vida como la conocemos poco a poco retomará su ritmo cotidiano. Sin embargo, sería inimaginable pensar que lo que hemos vivido, no imponga arreglos distintos y no nos empuje a repensar seriamente algunas de las cosas que hemos hecho y que hemos asumido como normales y naturales. Sería insoportable considerar que la factura de esta conmoción mundial recaiga nuevamente sobre los más pobres. De ahí que sea necesario desde ya idear nuevos escenarios de cara a un nuevo comienzo.

Una buena idea sería que los recursos económicos que dispongan las economías deben dirigirse a actividades productivas y de servicios, vetando toda posibilidad de que éstos se orienten a actividades contrarias a la vida.

En este mismo orden de ideas se debe plantear una moratoria del pago de la deuda externa de los países más pobres a fin de que destinen los recursos por concepto de amortizaciones y pago de intereses a políticas sociales fundamentales, principalmente a la salud, la formación de personal sanitario y el financiamiento de líneas de investigación para la ciencia médica y la educación.

Una vez que se descubra la vacuna contra el coronavirus, esta debería ser distribuida mundialmente de forma gratuita. Independientemente de las empresas o países involucrados en su descubrimiento, la vacuna debe tener un acceso libre y equitativo. La industria farmacéutica no puede seguir acumulando ganancias a costa de la vida de la población.

Aunque la lista de alternativas hacia el futuro no se agota con las ideas expuestas, conviene reconocer que esta pandemia nos ha confrontado como especie con la fragilidad de la vida, nos ha hecho palpar la estrecha interconexión entre los seres humanos, valorar la importancia de los afectos y de la vida en común, reenfocar las prioridades individuales y colectivas, y aceptar que la vida es posible con menos consumo y con más pausa.

Dra. Dinora Martín