



CONTENCIÓN EMOCIONAL en el COLEGIO y en el HOGAR

EQUIPO DE APOYO DSV - 2020



Exzellente
Deutsche
Auslandsschule

DAS
Deutsche Auslandsschulen
International



Nuevo Contexto Nuevas Miradas

Fortalecimiento de Habilidades Socio Emocionales.

Capacidad de adaptación a nuevos y cambiantes escenarios.

Resolución adecuada de conflictos surgidos de una nueva cotidianidad.

Actitud positiva con confianza y motivación hacia un futuro de por sí incierto.

The background of the entire image is a stylized illustration of a diverse crowd of people. They are depicted from the chest up, wearing various colored clothing (blue, orange, pink, black, white) and all wearing white face masks. The style is flat and modern. On the left side, there is a large, semi-transparent light blue circle that serves as a container for text.

Sintomatología del

"Cansancio"

Más contestadores...

Más desobedientes...

Más peleadores...

Más ensimismados...

Más irritables...

Contención y Apoyo

Dar carácter de normalidad, validándolas, a las siguientes emociones

Tristeza...

Preocupación...

Miedo...

Confusión...

Rabia...

Sólo así se sentirán animados a expresar verdaderamente lo que están experimentando





Ante la angustia, rabia,frustración, miedo...

- Ser paciente, conteniendo, tratando de transmitir cariño y seguridad
- Es importante evitar la indiferencia, el regaño o los gritos...son inconducentes
- Abordar la situación o emoción que afecta a su hijo o Hija
- Preguntas adecuadas son ¿Qué sientes?...¿Qué crees que te hace sentir así?...Y quizás la más importante: ¿Qué puedo hacer para ayudarte a resolverlo?

Intervención Familiar
en el proceso de desarrollo
Socio Emocional y Crecimiento
Personal de los hijos



Al virus
o frenamos
entre todos
ralicemos la responsabilidad





Mediar la Información que reciben sus Hijos (as)

El exceso de información e imágenes tanto en línea como en TV termina por abrumar

A veces es importante e imprescindible desconectarse de los medios y redes sociales

Es deseable generar, esporádicamente, espacios de conversación o de silencios constructivos

Crear Rutina flexible y Consistente



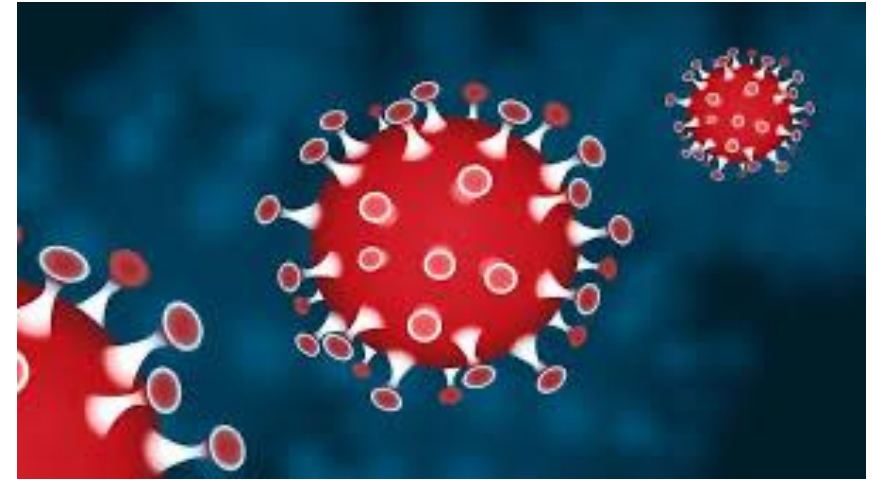
Genere un horario que contemple tareas domésticas, Deberes Académicos y Tiempo de Libre Disposición

Considere flexibilizar dicha rutina cuando su hijo (a) esté más frágil emocionalmente o no tenga la disposición habitual hacia sus deberes académicos y domésticos

Conversación y Encuentro

Ante factores externos que dificulten o alteren la rutina diaria (caída de internet, corte de energía eléctrica, etcétera) transmitir tranquilidad y la idea de que no siempre podemos tener todo bajo control.

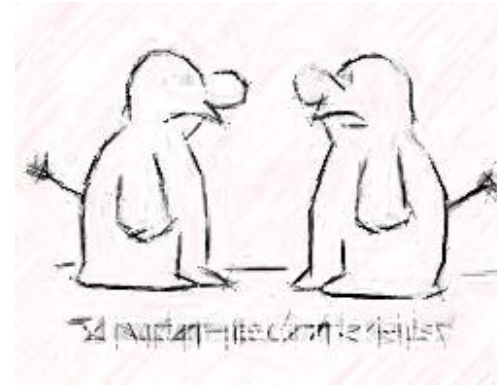
Al final del día busque un momento y espacio en que se pueda reunir toda la familia para evaluar la jornada, haciendo hincapié en los hechos positivos y agradeciendo el apoyo mutuo brindado para sortear juntos los desafíos que nos impone el confinamiento



Ser un modelo para sus hijos(as)

- Si Usted mantiene distancias seguras, hábitos de limpieza como el lavado de manos y trata a los demás con empatía, sus Hijos(as) aprenderán de sus conductas
- Es importante invitar al estudiante a preparar en conjunto el espacio para el trabajo (Usted) y el estudio (él o ella)

Un lugar tranquilo y ordenado



Usar lenguaje Positivo para evaluar comportamientos

- Para lograr la repetición de actitudes de colaboración es fundamental que elogie a su hijo (a) por algo que ha hecho bien.
- El refuerzo positivo en el ámbito académico debe ser claro y específico, de lo contrario éste tiene un impacto muy bajo en el estudiante...no basta con decirle "hoy lo hiciste muy bien".



Mantenga una comunicación fluida con el Colegio

Es fundamental mantenerse informado (a) por medio de los conductos regulares

La comunicación debe ser respetuosa, inclusiva, participativa y basada en el diálogo

Es un momento de interpelar a la bondad, a la solidaridad y a buscar juntos acuerdos que aúnen voluntades

