



"Personas con excelencia humana y académica que aportan al mundo que les toca vivir"

Departamento de Orientación.



YO, PAPÁ/MAMÁ, MEDIADOR DEL DESARROLLO INTEGRAL.

DESARROLLO INTEGRAL

Emocional

- Reconocimiento emociones.
- Gestión Emocional

Cognitivo

- Conocimiento
- Pensamiento

Social

- Habilidades sociales
- Aspectos culturales y valóricos

Físico

- Alimentación
- Higiene de sueño

¿Quién o quiénes influyen en el desarrollo de nuestros hijos e hijas



Familia

Escuela

Sociedad

Medios de comunicación

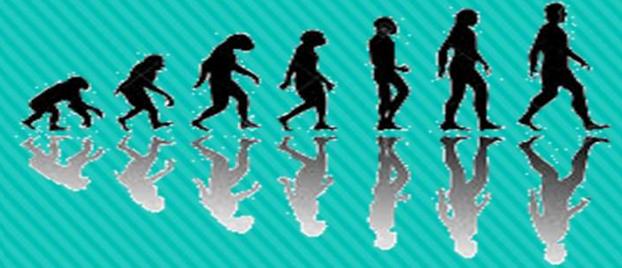
¿Y quién los media?



LOS PADRES



¿CÓMO FOMENTO UN DESARROLLO POSITIVO EN MI HIJO Y/O HIJA EN ESTE MOMENTO DE CRISIS?



Permita que sus hijos(as) expresen sus emociones validándolas, escuchándolas atentamente.



Establezca rutinas y respete horarios de sueño, alimentación, estudio, juego, etc.



Fomente que sus hijos (as) mantengan contacto con familiares y amigos a través de video llamadas.



RUTINAS, ¿Por qué son tan importantes?

- Porque producen estabilidad y seguridad de lo que debe ocurrir diariamente.
- Permite contener la ansiedad y angustia.

¿Qué rutinas son las más importantes de mantener en este periodo?



Dormir mínimo
8 a 9 horas
diarias

Mínimo 3
comidas al día
en un horario
establecido

Espacios de ocio

Realizar
actividades
escolares

¿Es realmente necesario que mi hijo(a) haga las tareas del colegio y participe de las clases si estamos en pandemia?



Sí.

- **Contribuye al bienestar emocional y psicosocial del estudiante.**
- **Otorga significado y propósito a las actividades.**
- **Estructura la cotidianidad.**
- **Le da continuidad a la “vida normal”.**
- **Los mantiene conectados con sus pares, profesores y referentes significativos.**
- **Los aprendizajes formales fomenta el desarrollo cognitivo, emocional y social que le permitirá enfrentarse a la presente y a futuras situaciones de estrés.**
- **Al mantenerse al día con los conocimientos prevenimos futuras frustraciones producto de un retraso académico.**

NO OLVIDE

El bienestar emocional de nuestros hijos/as está absolutamente ligado al desarrollo físico, social y cognitivo. Dejar de lado alguna de ellas podría afectar la expresión, comprensión y canalización positiva de emociones, llevando a problemas de salud mental.

Es natural en este contexto, que sus hijos e hijas se frustren al no comprender nuevos contenidos, cuando eso ocurra sugiérale tomarse unos minutos para tranquilizarse y despejar la mente, para después retomar la actividad.