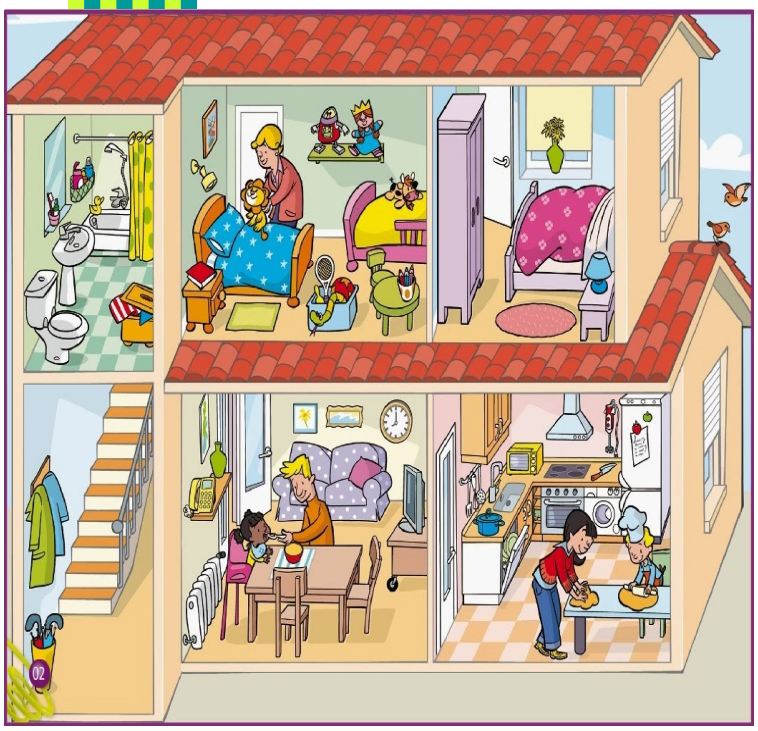
Saint Patrick School
Convivencia Escolar

Convivencia en Casa: ¿Cómo pensar éste tiempo juntos?

las familias se ven llamadas al desafío del estar juntos. No son vacaciones, no es la rutina regular tampoco.

Mírate

Es importante partir por la pregunta cómo estoy yo en estos momentos en términos generales para poder reconocer cómo me estoy sintiendo para el enfrentamiento de este tiempo. En qué momento personal te



Sé estratégica/o

Es muy importante que cada padre o cada cuidador se pregunte por cuáles creen que son los puntos frágiles en la convivencia, es decir cuáles son las relaciones con más posibilidades de entrar en choque para estar alerta.

Es bueno no sobrecargar esos vínculos particulares ya que son los más sensibles para tener situaciones de enojo, frustración, malestar e incluso violencia.

Al mismo tiempo, resultaría positivo reconocer cuáles son las relaciones que gozan de mejor salud, de manera tal, que puedan ser apoyo los momentos en que ya no es posible resolver de manera saludable un conflicto.

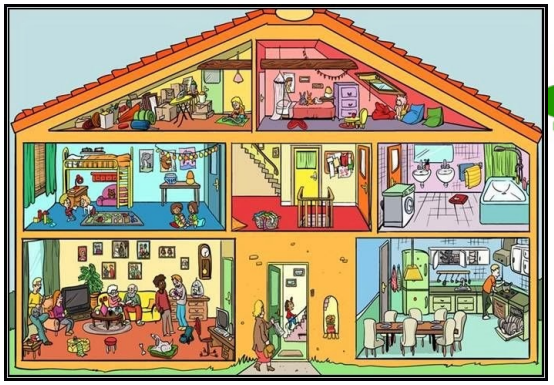
Sé flexible con la estructura y rutina

¿Cómo se organiza un día con 10 a 12 horas juntos?

Es razonable pensar que durante el día tienen que haber espacios compartidos, pero especialmente también espacios personales. Cosas que se hagan al ritmo particular de cada uno. Es bueno considerar tener momentos de ocio individual y no sólo ocio compartido, ya que es posible caer en la trampa de pensar esto como una vacación familiar, en donde lo esperable es estar juntos y hacer cosas juntos para aprovechar la oportunidad.

Es una casa, no un colegio 2.0

Existen tareas que hacer en el hogar y quizás también de trabajo y/o estudio. Los establecimientos escolares como universitarios envíen tareas, clases y actividades para hacer, por lo tanto hay que saber ubicarlas durante el día para que no sea una pelea eterna el andar persiguiendo a los hijos para chequear si ese trabajo se hizo o no. Es bueno fijar horarios y dar autonomía.



Al niño no le pasa lo mismo con el cuidador que con el profesor, las relaciones son de distinta naturaleza y ellas marcan el tipo de trato y obediencia con esa actividad particular que es el estudiar, ejercitar y aprender. Por lo tanto sería bueno limitar el tiempo de estudio, el tiempo de ejercitación de materias y ayudar sólo en los casos que los niños lo pidan, lo necesiten. El resto, que lo hagan por su cuenta, monitoreando su trabajo.

Estoy aburrido

Un tema aparte es la relación con el aburrimiento. Tanto en adultos como en los niños, niñas y jóvenes, el aburrimiento nunca ha sido algo malo porque si se le deja habitar, generalmente da paso a que surja alguna idea.

No a la “parrilla programática”

El aburrimiento puede estimular la iniciativa y la búsqueda de cosas por hacer y por eso es importante que los niños no sean inundados con ofertas educativas y didácticas para combatir el aburrimiento y aprovechar el tiempo. Es bueno tener disponibilidad para compartir con ellos actividades, para ayudarlos a pensar cómo sobrellevar un rato aburrido, para jugar y compartir, alentando que la iniciativa salga de ellos. Es posible tener ofertas de cosas por hacer pero que secunden su capacidad de crear y pensar posibilidades. Y pasar un rato en nada también es bueno.

!Qué viva el Jugar!

El jugar Es una gran oportunidad y un espacio de aprendizaje, ensayo y creatividad de cualidades superiores a cualquier actividad que los adultos pudieran ofrecer. Lo importante es que el jugar no sea necesariamente jugar a través de la tecnología, aunque incluso ella no es mala si se hace de manera acotada y convenida al interior de la familia -en términos de tiempo y lugar-. si el niño quiere jugar sus juegos favoritos en línea también podría ser útil permitirlo, porque en general es lo que él/ella haría en una jornada diaria normal, en donde ya existen tiempos acordados para ese tipo de actividades

!Qué viva el divertirse!

En muchos casos los juegos en línea (escolares y adolescentes) son los momentos para compartir a distancia con amigos y sociabilizar, a veces el juego es sólo el instrumento para estar de una manera virtual con otros y eso también fortalece la autoestima y el placer. Lo mismo con respecto actividades más pasivas como ver la tele, revisar el teléfono (en los escolares más grandes) o ver películas. Es un tiempo que también tiene utilidad. hay momentos en que todos quieren descansar. Los contenidos audiovisuales son muchas veces de muy buena calidad, son entretenidos, son despejadores, y ayudan a la distención del stress, de la saturación, y por lo tanto puede ser una buena cosa dentro del día, mientras no sean horas demasiado extensas.