



COLEGIO CLARETIANO SANTA DOROTEA

BOLETÍN INFORMATIVO

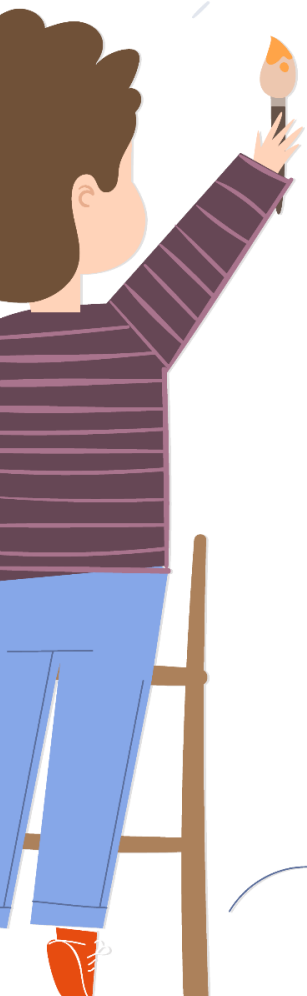


DEPARTAMENTO DE PSICOORIENTACIÓN



El Colegio Claretiano Santa Dorotea ha estado al tanto de la emergencia mundial que ha significado el Covid-19, ha tomado en cuenta las medidas de las autoridades y es consciente de lo que esto ha significado para estudiantes, padres de familia, cuidadores y maestros.

Ha sido un cambio repentino de la rutina diaria, generando una necesidad de programar una nueva dinámica personal, familiar escolar y laboral.



EL COVID – 19 Y SU IMPACTO

Para nuestras niñas, niños y adolescentes ha tenido un gran significado dejar su colegio, espacio donde no solo se aprende, sino que se comparte con iguales y otros adultos significativos.

De igual manera, deben enfrentar una crisis sanitaria que tal vez les genera incertidumbre y miedo. Ellos (as) perciben lo que está sucediendo, independiente de su edad, por lo que es probable que nos invadan con preguntas y que, los más pequeños, mezclen sus interrogantes con ese mundo imaginario que le permite su creatividad.



¿Cómo poder explicar a los niños qué significa el COVID – 19?



- Es necesario que los adultos estemos atentos y disponibles a sus necesidades, darle espacio a la expresión de sus emociones.
- Responder a sus interrogantes con la verdad, teniendo en cuenta utilizar un vocabulario adecuado para su edad. Ellos (as) son capaces de entender lo que está sucediendo. Negar la realidad o ser ambiguos podría generar incertidumbre y ansiedad.
- Se les debe transmitir seguridad y confianza.
- No es necesario sobresaturarlos de información, ésta debe ser clara y oportuna.








Familia, lo más importante es que los niños y niñas tengan una respuesta a sus interrogantes, utilicemos un espacio en familia para hablar de lo qué está pasando y de lo qué estamos sintiendo.

Dejemos claro que el estar en casa no es un castigo, que debemos ser responsables y cuidadosos con nuestra higiene, que vamos a aprovechar este tiempo para aprender nuevas cosas.



Establezcamos rutinas en casa...



	Deberes 	Comidas 	Colegio 	Higiene 	Habitación 
LUNES					
MARTES					
MIÉRCOLES					
JUEVES					
VIERNES					
FIN DE SEMANA					

Es importante que en el hogar se establezcan rutinas, programar actividades diarias que orienten y estructuren el funcionamiento de la familia. Involucrarnos todos en su creación. La idea es pasarla bien no estresarnos más, recordemos que no es fácil para los niños y adolescentes estar todo el tiempo en casa, como tampoco lo es para los adultos, por lo tanto, nos debe llevar a desplegar una gran dosis de calma, tolerancia y creatividad.





¿Qué hacer?



- Establezca horarios para cada día como si estuviera asistiendo al colegio, dando tiempo para el baño, las comidas, realizar tareas, jugar, ver televisión.
- Es importante tener en cuenta dejar tiempo libre a los niños, este es necesario para desarrollar su imaginación y creatividad.
- Invitémoslos a hacer tareas nuevas, como preparar alimentos, acomodar su cuarto, pintar, cantar, bailar, etc...





¿Y nuestros maestros?

Para nuestros maestros tampoco ha sido fácil dejar el aula presencial por la enseñanza virtual, ha implicado una adaptación a nuevas metodologías. Por lo tanto, educadores como familia está invitada a ser tolerante y flexible frente a este nuevo reto. Permitirnos ser empáticos y solidarios, pensando siempre en el bienestar de los demás y atentos a dar respuestas a las demandas externas.





Este es tal vez un momento en que a nivel personal, familiar y laboral la situación nos está invitando a buscar nuevas formas de encontrarnos e integrarnos, a dejar por un momento esta prisa que no nos permitía una real integración con los miembros de nuestra familia, a descubrir nuevas formas de escucharnos y comunicarnos. Recordemos que las cosas sencillas son quizás las más significativas.





¡MUCHAS GRACIAS!

Quedamos atentos a sus inquietudes y sugerencias vía correo electrónico:



nilsa.marin@santadorotea.edu.co