



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

## SUGERENCIAS PARA FAMILIAS DEL INSTITUTO LINARES

Estimada comunidad educativa, reciban ustedes un fraternal saludo en estos días tan difíciles que vivimos como país y como humanidad.

Sabemos que en estos días es muy importante mantenerse en casa con las restricciones que esto conlleva, y también el sacrificio físico y emocional que ha exigido de nosotros todo este tiempo. No es fácil lidiar con la angustia e incertidumbre, sobre todo cuando el núcleo familiar está compartiendo el mismo espacio cada día o hay adultos mayores o algún enfermo en el hogar. Por eso desde el departamento de Convivencia Escolar y Orientación queremos enviarles nuestro más sincero apoyo para que todos podamos salir adelante en este periodo más crítico.

Entregamos para ello algunas sugerencias como:

1.- Seguir todas las indicaciones que los protocolos de salud e higiene que nos entrega el Ministerio de Salud

2.- Tener en cuenta que frente a cualquier situación de angustia o estados de incertidumbre, depresión, encierro, sentimiento de pérdida, aislamiento, etc. Podemos contar con el fono de [Salud Responde 600 360 7777](tel:6003607777). Donde podrán encontrar profesionales de distintas especialidades que van a orientar y dar respuesta frente a sus dudas.

3.- Pasar tiempo con la familia es también poder conversar con sus hijos sobre lo que está ocurriendo y escucharlos de manera que ellos también puedan expresar cómo viven estos momentos y que piensan sobre todo lo que ocurre. Es aconsejable que sean ustedes en el caso de los niños menores quienes sean el único canal de información porque las redes sociales y la televisión no filtra la información y no es la idea generar un pánico mayor en ellos. Ya suficiente tienen con saber que deben estar encerrados por bastante tiempo. Mostrarles videos educativos dónde se explique de forma muy sencilla y clara lo que sucede.

Ejemplo:

<https://www.youtube.com/watch?v=prHuClGHtmY>



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

[https://www.youtube.com/watch?v=ly\\_P467k-Nc](https://www.youtube.com/watch?v=ly_P467k-Nc)

Si a su hijo/a le cuesta expresar sus sentimientos, ayúdelo dándole confianza, seguridad y manténgalo ajeno a todas las cosas que se ven en los medios digitales. Que se exprese pintando, dibujando o tocando algún instrumento. En las edades dónde los niños comprenden más lo que sucede y tienen acceso a las redes sociales, explíquenles que este es un momento especial en la humanidad dónde las naciones y el mundo están tratando de encontrar la solución a este virus y que lo mejor y más importante que pueden hacer en este momento es cuidarse, respetando la cuarentena y evitar exponerse.

<https://www.youtube.com/watch?v=5lcBJtFKWFk>

Ocupemos este tiempo para fortalecer los vínculos afectivos con nuestros hijos y familia. Busquemos espacios dónde exista la verdadera desconexión y volver a compartir pasatiempos, juegos de mesa, charlas de sobremesa, etc. Es un tiempo valioso y necesario que nosotros los adultos debemos ayudar a pasar de mejor forma a nuestros hijos.

4.- Podemos trabajar en este tiempo en nuestra casa en tres grandes áreas para los niños y hacer de ellos una rutina diaria flexible pero ordenada.

Por ejemplo:

- Levantarse
- Ducharse
- Desayunar
- Reposar 10 -20 minutos
- Hacer ejercicio 20 minutos
- Comenzar con dos materias al día.
- Tener un espacio para que toda la familia pueda compartir.

Programa especial de Orientación y convivencia en casa

Nuestra idea es que ustedes puedan ver cómo se van estructurando los programas de Orientación de acuerdo a lo que el MINEDUC nos propone y los planes de formación propios del colegio. Y cómo en cada nivel se van dando puntos más relevantes que otros de enseñar. Y lo mucho que pueden aportar



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

a sus hijos en casa en este tema. Háganlo como algo distinto a las tareas de todos los días, sino más en espacios de relajo y de conversación.

La idea para estas semanas que quedan, es que puedan ver un video o más de los que hay propuestos para cada punto y poder conversarlos con sus hijos o bien utilizarlos de apoyo implementando algunas estrategias propuestas para sus hogares.

Para considerar en que etapa según la edad está su hijo

### **Etapas del desarrollo según J. Piaget:**

#### **1. Etapa sensiomotriz (0 a 2 años)**

Esta es la primera en el desarrollo cognitivo y según Piaget, ocurre entre el momento del nacimiento y la aparición de un lenguaje que se articula en frases simples. Esta etapa se define por la interacción física con el entorno. El desarrollo cognitivo, en este momento, se articula a través de un juego que es experimental y que se puede asociar también a ciertas experiencias que surgen de la interacción con personas, objetos o animales. En esta etapa, según el psicólogo, los bebés están en una etapa sensorio-motora y juegan para satisfacer sus necesidades mediante transacciones entre ellos mismos y el entorno, hecho que se relaciona con lo que él llamó un “comportamiento egocéntrico”, es decir, aquel que está centrado en sí mismo y no en la perspectiva del otro. Piaget dice que el comportamiento o lenguaje egocéntrico aparece como una expresión de la función simbólica que acaba de adquirir el niño.

#### **2. Etapa preoperacional (2 a 7 años)**

En esta etapa, los niños empiezan a ganar la capacidad de ponerse en el lugar de los demás y por esta razón, son capaces de actuar y hacer juegos de rol. A pesar de este cambio, el egocentrismo sigue de alguna manera presente y por esto, hay dificultades a la hora de acceder a pensamiento o reflexiones más abstractas. En esta etapa, los niños aún no puede realizar operaciones mentales complejas, tal como lo hace un adulto, por eso, Piaget también habla de lo que se conoce como “pensamiento mágico” que surge de asociaciones simples y arbitrarias que el niño hace cuando intenta entender cómo funciona el mundo.



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

### **3. Etapa de operaciones concretas (7 a 12 años)**

En esta etapa, los niños empiezan a usar la lógica para llegar a conclusiones válidas, pero para lograrlo necesitan situaciones concretas y no abstractas. También pueden categorizar aspectos de la realidad de una forma mucho más compleja. Otro punto esencial es que el pensamiento deja de ser tan egocéntrico. Una señal clara de esta etapa es cuando los niños pueden darse cuenta, por ejemplo, de que la cantidad de líquido en un recipiente no depende de la forma que adquiere, pues éste conserva su volumen.

### **4. Etapa de operaciones formales (desde los 12 años hasta la vida adulta)**

En este período los niños ganan la capacidad para utilizar una lógica que les permite llegar a conclusiones abstractas que no están ligadas a casos concretos. En otras palabras, a partir de este momento, pueden “pensar sobre pensar”, y eso quiere decir que pueden analizar y manipular deliberadamente esquemas de pensamiento. También pueden utilizar el razonamiento hipotético deductivo.

Aunque se habla de edades en las etapas de desarrollo de Piaget, no hay límites fijos y estas edades sirven como referencia de las fases de transición entre una etapa y otra. Por eso, para Piaget es posible encontrar casos de desarrollo diferentes, en los cuales los niños tardan en pasar a la siguiente fase o llegan temprano a éstas.

Su teoría es mucho más compleja y se extiende más allá de la síntesis de sus cuatro etapas, pero lo más importante es entender que su trabajo ha sido una pieza fundacional de la Psicología del Desarrollo y sin duda ha tenido una gran influencia, especialmente en psicólogos y pedagogos. En la actualidad, el trabajo del científico suizo ha servido como base para impulsar investigaciones más actualizadas sobre la forma como los niños crecen, se desarrollan y aprenden, y esto da cuenta del impacto de su aporte al entendimiento del desarrollo cognitivo infantil.

Fuente: [www.eligeeducar.cl](http://www.eligeeducar.cl)



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

5.- Para reforzar en los más pequeños desde el área de formación integral para los niños de **pre-kínder a 2º básico** son importantes estos puntos:

- Autoconocimiento: Aprender a reconocer emociones y a regularlas. Promover las relaciones interpersonales. Ejemplos:
  - <https://www.youtube.com/watch?v=S-PTa20NNrI>
- Normas y límites: Higienes, Rutinas predecibles en casa de comida, trabajo y dormir, manejo del comportamiento. Ejemplos:
  - <https://www.youtube.com/watch?v=e0pecj7ZCcQ>
  - <https://www.youtube.com/watch?v=bbE56nMvJTY>
  - <https://www.youtube.com/watch?v=hLZUfcJHQ4o>
  - <https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw>
  - <https://www.youtube.com/watch?v=ZUf7FPETLYg>
- Valorar la pertenencia a la familia y colegio: Tomar conciencia de formas de dar y recibir cariño ejemplos:
  - [https://www.youtube.com/watch?v=ALe4Fq\\_ew3A&t=64s](https://www.youtube.com/watch?v=ALe4Fq_ew3A&t=64s)

Para esto existe material de refuerzo en [curriculumenlínea.cl](http://curriculumenlínea.cl), buscar en el área para padres y la materia de Orientación.

6.- Para reforzar a nuestros niños **de 3º básico a 4º básico** en su formación integral

- Reconocer y valorar la sexualidad como expresión de amor, vínculo. Identidad
- <https://www.youtube.com/watch?v=SkepTHIKONw>



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

- <https://www.youtube.com/watch?v=5pUmAOTQqCg>
- Estrategias personales de manejo emocional. Resolución de conflicto
- <https://www.youtube.com/watch?v=pjtXD50AFEE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=dNlyfhI4iyA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=RNIGiEBy1I0>

7.-Para reforzar a nuestros niños de **5º a 6º básico** en su formación integral

- Reconocer fortalezas y aspectos de diferentes ámbitos que requieren mejorar diferentes
- <https://www.youtube.com/watch?v=emwe26hbuns>
- <https://www.youtube.com/watch?v=B3IhvgHDGk0>
- <https://www.youtube.com/watch?v=j4rjS5bP6Og>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Q1ETnh23HxE>
- Participar de forma activa y autónoma de todas las instancias educativas
- <https://www.youtube.com/watch?v=iRaXzXUivyg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=t6LP-ZklXEw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=FGojE1jOL4I>
- [https://www.youtube.com/watch?v=4INwx\\_tmTKw](https://www.youtube.com/watch?v=4INwx_tmTKw)
- [https://www.youtube.com/watch?v=aF2abkT0\\_vg&t=52s](https://www.youtube.com/watch?v=aF2abkT0_vg&t=52s)



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

- Practicar conductas de autocuidado hacia su cuerpo e intimidad
- <https://www.youtube.com/watch?v=E5y4VlbNif8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=JOWiPx5VRUU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=LfHbBnfEg4>
- Prevenir de forma temprana el consumo de drogas
- <https://www.youtube.com/watch?v=7dPTJoWITa8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=dQ1Z3UfraVo>
- <https://www.youtube.com/watch?v=JO45MnEb-cs>

8.- Para reforzar en casa a nuestros adolescentes de 7º y 8º básico en su formación integral

- Crecimiento Personal
- <https://www.youtube.com/watch?v=6NTM8gVauY0&t=14s>
- <https://www.youtube.com/watch?v=uhZzB5hid6M>
- Bienestar y autocuidado
- <https://www.youtube.com/watch?v=GWP5n7l19pc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=rO5hM9TK1Wc&t=25s>
- Relaciones interpersonales
- [https://www.youtube.com/watch?v=R4AkP\\_gqU\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=R4AkP_gqU_8)
- <https://www.youtube.com/watch?v=JKxZzogR2U0&t=83s>



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

- Pertenencia y participación democrática
- <https://www.youtube.com/watch?v=g6zBmBUOMhY>
- <https://www.youtube.com/watch?v=HsowSxacxxw>
- [https://www.youtube.com/watch?v=ESwDIXXyh\\_Y](https://www.youtube.com/watch?v=ESwDIXXyh_Y)

9.- Para reforzar a nuestros adolescentes de **1º y 2º medio** en su formación integral

Crecimiento personal

- Bienestar y Autocuidado
- Relaciones interpersonales
- Pertenencia y participación democrática
- Gestión y proyección del aprendizaje
- <https://www.youtube.com/watch?v=WxC4RfTiOsM>
- [https://www.youtube.com/watch?v=nl\\_owrxLoOQ](https://www.youtube.com/watch?v=nl_owrxLoOQ)
- [https://www.youtube.com/watch?v=DgpIDIV\\_CY](https://www.youtube.com/watch?v=DgpIDIV_CY)

Acá sugerimos revisar cualquiera de estos link y discutir distintas posturas, reflexionar, argumentar, fomentar el pensamiento crítico.

10.- Para reforzar a nuestros adolescentes de **3º y 4º medio** en su formación integral

pensamos que es importante en estos momentos poder enviar ejercicios de relajación, concentración y algunas charlas TED motivacionales para que las puedan compartir en familia.

- <https://www.youtube.com/watch?v=c1iMoel2LxA>



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

- <https://www.youtube.com/watch?v=bg1hKKdBkLc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=cQVg1LfmGhE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Kh0YNAAtj69o>
- <https://www.youtube.com/watch?v=IHiWSJrBjgE>

#### Ejercicios anti-Estrés

- Charla TED: <https://www.youtube.com/watch?v=Vg5sfCX8B8I>
- <https://www.youtube.com/watch?v=RbQ- RZPPaE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=STB1hXQL-5A>

#### 11. Preguntemos a nuestros hijos diariamente:

- ¿Cómo están?
- ¿Cómo se sienten?
- ¿Qué cosas les gustaron de su día?
- ¿Qué piensan sobre todo lo que sucede?

#### 12. Compartiendo en familia

Sabiendo lo difícil que es encontrar material para apoyar, desde el hogar, hábitos y actitudes, es que presentamos a ustedes esta página donde hay recursos para la interacción escolar y sobretodo en el ámbito familiar, que permiten fortalecer la autoestima, vida saludable, resolución de conflictos:

<https://plataforma.educaswitch.com/>



Departamento de Orientación  
Convivencia Escolar

### 13. Cine familiar

Una buena película en familia también nos permite compartir su contenido y sus apreciaciones sobre esos temas, obviamente no centradas en la contingencia o la ciencia ficción sino con profundo contenido ético y religioso:

<https://conmensajecristiano.com/pelicula-cristiana-completa-el-cielo-es-real/>

<https://conmensajecristiano.com/pelicula-cristiana-completa-a-prueba-de-fuego/>

<https://conmensajecristiano.com/milagros-del-cielo-pelicula-cristiana/>

### 14. Con temáticas adolescentes conflictivas

Ver esta película con adolescentes, es una película muy actual, con problemáticas reales que ocurren debido a la sobreexposición de los menores a las redes sociales y el intento por ser reconocidos por los demás.

Ciberbullyng: <https://www.youtube.com/watch?v=okISCHVmTAE>

Finalmente creemos que cada uno de nosotros debe atesorar una reserva moral que le permite confiar en que al final nuestro mundo y nuestra vida se renovaran con la fuerza del amor y la Fe. Que nuestra vida familiar compartida intensamente en estos días dará frutos de unidad y amor.

No desfallezcamos, sabemos que es difícil reencontrarse con los seres queridos cuando llevamos años compartiendo medios días y medias noches, cuando el espacio donde interactuamos se ha reducido y afuera existe una amenaza sanitaria que es real y peligrosa.

Entregamos a ustedes estas sugerencias para hacer de estos días una oportunidad de re-conocimiento y replanteamiento de metas de vida y prioridades de cada uno, confiados en que la mano misericordiosa de Dios tocara nuestro mundo y lo sanará en esta próxima Pascua de Resurrección.