



Guía de escuela de Familia

“educación para la vida”

De parte de todo el equipo de docentes de nuestra IEAN queremos decirte que entendemos tu situación y queremos apoyarte en esta crisis social y sanitaria que nos ha afectado a todos, esperamos que tu hogar se encuentre bien y que los lazos familiares se hayan reforzado, para que cuando nos volvamos a ver y retomar nuestro estilo de vida tengamos la capacidad de afrontar los problemas de forma resiliente. A continuación encontraras temas vitales, que te ayudaran a saber llevar la armonía en tu casa, nos hemos esforzado para que esta guía la recibas con entusiasmo y te tomes el tiempo para Conocerla, las actividades buscan fortalecer tu proceso de pensamiento crítico y social de la situación familiar. Ansiamos un reencuentro

Presentación

Quiero Darles un fraternal Saludo y manifestarles mi admiración, porque seguimos luchando por construir un mundo mejor, cada acción que realizamos en pro de nuestra comunidad es un esfuerzo en conjunto, puede que a veces nos duela, porque crecer duele, pero nos vuelves más fuertes, más resilientes, como comunidad de Coello Cocora.

Con la llegada del covid-19 y los cambios que la emergencia trajo consigo, nuestro panorama es aún más retador, lleno de oportunidades, pero también de necesidad de transformaciones urgentes. La declaración de emergencia sanitaria por parte del Gobierno obligó a miles de estudiantes, colegios, jardines infantiles, instituciones de educación superior (IES), padres y maestros a continuar con sus actividades desde casa. Todo esto permeado por un entorno económico visiblemente afectado, así como la implementación obligada de tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) para seguir operando. Sin embargo, nuestra realidad es diferente, muchas familias debido a sus mecanismos de subsistencia se han desplazado a distintos lugares, alejados de posibles focos de contaminación y de las tecnologías.

Por esta razón, la institución educativa Antonio Nariño en cabeza del señor rector José Eduardo Baquero Jaramillo, diseñamos una guía de orientación a familias, para que puedas acceder a temas de convivencia, de crecimiento familiar, esto requiere que seas muy responsable y autónomo, si esta emergencia sanitaria nos ha golpeado, no podemos dejar que gane la lucha contra nuestro desarrollo personal y el de nuestro hogar. Por consiguiente, queremos que todos asumamos estas dificultades con serenidad y valentía, espero que el esfuerzo conjunto de nuestra comunidad tenga un eco y podamos estar preparados para el momento de regresar.

José Eduardo Baquero Jaramillo

Rector

A. Gabriel Charry

Docente orientador

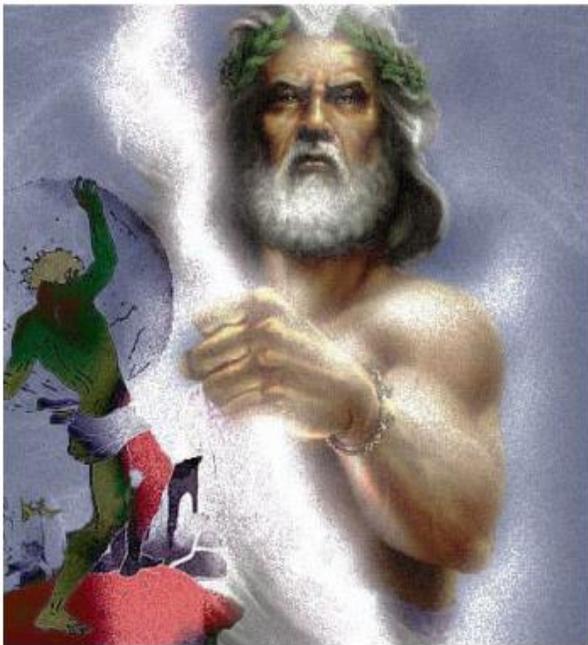
AYUDEMOS A SÍSIFO

Escuelas de familia
prevención del suicidio



Gabriel Charry

DOCENTE ORIENTADOR



Según el Mito griego Sísifo por engañar a la muerte y burlar a los dioses, fue condenado a subir una roca por una colina eternamente, pero al llegar a la cima la piedra rodaba cuesta abajo, todos los días él volvía hacerlo. Así es nuestra vida, los problemas son como rocas pesadas y rusticas, difícil de cargar, pero como este héroe nunca nos rendimos, y aunque vuelvan a caer, las levantaremos, porque somos fieles a nuestros sueños. A diferencia de Sísifo nosotros nos tenemos unos a otros. No estamos solos, podemos ayudar a cargar el peso de la roca del otro y él me puede ayudar con el mío.

Cuando nuestros hijos, piensan que la única salida a los problemas, es soltar su roca, no desea morir, sino dejar de sufrir. Ensenémosles a cargar esa roca, juntemos fuerzas.

Las **Escuelas de Familia de la IEAN** son un espacio para dialogar y construir conocimientos en torno a los temas-problemas que mayor incidencia tienen en la educación de los Niños, Niñas y Adolescentes (NNA).



SIGNOS DE ALERTA

DE NUESTRA FAMILIA

"Las consecuencias secundarias del distanciamiento social pueden aumentar el riesgo de suicidio"

- Aislamiento social prolongado
- Compartir imágenes tristes y fatalistas en redes sociales
- Visión pesimista del mundo y de su futuro
- Se producen autolesiones



Preguntas motivadoras

Quiero que te tomes tu tiempo para reflexionar sobre estas cuestiones. Encontrar la respuesta nos ayudará a crecer. Como en el relato de Sísifo, relacionaras los problemas de la vida, con esa gran roca.

¿Conoces las rocas que cargan tus hijos?

¿Has sentido en tu vida cargar una roca que pesa más de lo que puedes aguantar? Sin embargo, nunca renunciaste. Puedes contarle a tu familia lo que sentiste y viviste en esa situación y como tomaste fuerza para llegar a la cima

En nuestra familia, existen rocas compartidas, a veces parecen que el peso nos derrota porque no hemos nivelado fuerzas. **¿Cómo crees que podemos nivelar nuestros esfuerzos?**

Si el contenido compartido en este espacio te gusto, te sentiste tocado por el mensaje, o quieres conocer más puedes escribirme a o llamarme al **3123207289**

Ideas para las familias



- 1**

Darles responsabilidades además de los deberes escolares. Puede ser algún encargo de la casa como el arreglo de su habitación, la organización de su ropa o la colaboración en las comidas, pero que sea acorde a su edad.

Eje Convivencial/ Comunitario
- 2**

El deporte es una de las mejores escuelas del esfuerzo; es vivirlo en carne propia. Lo más importante es que los niños lo disfruten y no sea una imposición de los padres.
- 3**

Invitarlos a conocer otros estilos de vida. Por ejemplo, que hay niños que tienen menos juguetes que ellos, incluso no tienen unos padres ni una escuela como la suya. Todo esto les hace ver la vida desde otra perspectiva; a valorar lo que tienen.

**Diana Rocío Vallejo Mendieta
Docente orientadora**
- 4**

Ser firmes en los límites y hábitos. Es la única forma de crearles consciencia y disciplina.
- 5**

el ámbito escolar es un escenario perfecto para desarrollar este valor, pues continuamente se presentan oportunidades que deben ser aprovechadas para reiterar la importancia de esforzarse por un buen objetivo.
- 6**

¡No les den todo! Así tengas los medios para hacerlo. Esa moderación se aprende en casa.

Docente Orientador
Gabriel Charry
andres408.ac@gmail.com
Contacto:
3123207289

EL MUNDO ES COMO UNA MALOCA

Dicen los indios del Amazonas que el mundo es una gigantesca maloca. La puerta del frente la usan los hombres es el este, por ahí sale el sol. El cielo es el techo y el sol lo recorre todos los días hasta ponerse en el oeste que es el lado de las mujeres. Las montañas que

sostienen el cielo, son como los postes de la casa que sostienen el techo y en el borde de la tierra hay una colina que son como las paredes de la maloca, cada ser que vive en la tierra tiene una función y conviven con todas las especies, viven para los otros y respetan sus espacios, como las personas en una maloca.

#QuédateEnCasa

RETO 6 DÍAS MEJORANDO LA COMUNICACIÓN FAMILIAR



DÍA 1: UN MOMENTO PARA EL DIÁLOGO

Hoy, dedicarás un poco de tu tiempo a dialogar con tu familia. Quizás una anécdota, un chiste, una historia, o simplemente un tema cualquiera que genere un acercamiento.

DÍA 2: ESCUCHA ATENTAMENTE

Hay ocasiones en que alguien necesita ser escuchado. Hoy, demuestra interés por lo que los demás tienen que decir, escucha con atención y no ignores.



DÍA 3: GENERA CONFIANZA

La confianza, es un lazo fuerte que une a la familia. Hoy, demuestra a los demás que pueden confiar en ti, que siempre estarás dispuesto a escuchar, sin criticar y a ayudar.

DÍA 4: BUSCA SOLUCIONES A LOS CONFLICTOS

Cuando ocurre algo negativo, no solo se deben de buscar culpables. Hoy, iniciarás a hallarle solución a los conflictos que se puedan presentar en tu familia. Recuerda, las cosas se puede solucionar hablando.



DÍA 5: OFRECE INTERÉS Y RESPECTO POR LOS DEMÁS

Hoy, demuestra interés y respeto por los sentimientos del otro. Ponte en sus zapatos y ofrece a los demás, lo que quieras recibir de ellos. Todo debe de ser mutuo.

DÍA 6: TÚ COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL

Hay días que las palabras sobran. Hoy, sonríe y dedícale a tu familia algún gesto agradable. Las acciones demuestran lo que las palabras no hacen... Hoy y siempre, ofrece lo mejor de ti.



LA COMUNICACIÓN ES UN ARTE, SÉ UN ARTISTA.