

TODOS EN CASA 24/7

“Convivencia en familia”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA AGROPECUARIA LA GRANJA

BUENAVISTA - BOYACÁ

**TODOS EN CASA
24/7**



Tu hogar es el mejor lugar del mundo, transfórmalo en fuente constante de orientación, consuelo, amor y paz. No tendrás otro lugar mejor donde ir.

Apreciada familia:



La convivencia familiar saludable se caracteriza por la cercanía, unidad y afecto, permitiendo el desarrollo de la autonomía, el respeto por el otro, por la diferencia; definir una línea de autoridad clara, firme y humanizada facilitara las relaciones interpersonales.

Tips para trabajar convivencia en familia

1



RESPETA las necesidades emocionales de cada quien y el tiempo que les toma pasar de un estado negativo a un estado tranquilo, evita discusiones.

2

LIMITES EN CASA
Definitivamente establecer limites, es vital para obtener buenos resultados. Recuerda prevenir de accidentes domésticos.



3



DA LIBERTAD E INDEPENDENCIA, aunque estemos bajo un mismo techo tenemos derecho a la privacidad. Aunque debes trabajar en tiempos comunes como la hora de comer.

4



HORARIOS que cada quien haga su horario, los niños y jóvenes tendrán que hacer trabajos online, alguna obligación en casa, alguna idea creativa, proyecto personal. Supervisa las actividades!

5

SE PACIENTE sobre todo con los adolescentes, si eres paciente podrás escuchar, validar y esto ayudará a calmar a quien esté muy irritado.



6



NECESIDADES estar en casa las 24 horas con la responsabilidad de trabajar o estudiar crea necesidades; genera espacios, horarios y organización de la casa. Pide apoyo!

7

NO TE VUELVAS UNA PATRULLA PARENTAL se flexible, con ánimo, buen humor recuérdales que asignaste tareas y deberes que deben cumplir.



8

VALIDA LOS SENTIMIENTOS DEL FASTIDIADO, si ! Es terrible no salir ! Deja que se expresen y digan lo mal que se sienten, sus miedos y temores, solo escucha y empatiza, trata de entender la situación.



9



NO, NO ES POSIBLE TENER HAMBRE CADA 30 MINUTOS, estas aburrido, no es hambre, requieres activar nuevas rutinas; lectura, aeróbicos, juegos de mesa.

10

DESORDEN ? No grites, respira hondo, encamina lo tirado y delega tareas a niños y jóvenes, supervisa resultados.



11

TU ERES EL ADULTO y la guía de los niños y jóvenes de la casa, no lo olvides. Da buen ejemplo !



RECUERDA:

- ▶ la familia es el contexto vincular para niños, jóvenes y adultos, es donde se crean los primeros escenarios para la convivencia. Es el espacio donde desarrollan experiencias de aprendizaje y socialización, que servirán como referencia para comportamientos posteriores.



▶ **Éxitos!**

Referencias

- ▶ https://www.google.com/search?q=google.imagenes&rlz=1C1SQJL_esCO889CO889&oq=google.imagenes&aqs=chrome..69i57j0l3j69i58j69i60l2j69i65.7671j0j9&sourceid=chrome&ie=UTF-8
- ▶ Nelsi Juliana Castellanos Forero, Esp. psicóloga; Orientadora Institución Educativa Técnica Agropecuaria La Granja, Buenavista -Boyacá.