



ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N° 1369
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 600
Fono 5667304 – email: coreco@colegioalcazar.cl



Estimados Estudiantes, Padres, Apoderados y Funcionarios del Colegio Alcázar:

A consecuencia de la suspensión de clases y las medidas preventivas de confinamiento social adoptadas para enfrentar la crisis sanitaria actual, las familias han debido permanecer de forma prolongada en sus hogares, teniendo que compatibilizar tareas del hogar, trabajo en línea y actividades escolares a distancia. Ante este escenario, una de las preocupaciones de las comunidades educativas, es que los estudiantes sigan aprendiendo, pero también resulta fundamental resguardar su bienestar emocional.

En este contexto, nuestra Alcaldesa y Presidenta del Directorio CODEDUC, Sra. Cathy Barriga Guerra, ha determinado un Receso Pedagógico, comprendido entre los días 13 y 24 de Julio de 2020, con el objetivo de que las escuelas puedan llevar a cabo Jornadas de Reflexión y Contención Socioemocional. Esto se ajusta a lo expresado por la División de Educación General, según Ord. 05/657 con fecha 09 de Julio de 2020, que informa: *“los establecimientos pueden realizar adecuaciones a las actividades”*.

Acorde a lo anterior y siguiendo los lineamientos dispuestos en esta materia, el Equipo de Convivencia Escolar de Colegio Alcázar facilita a través de la página web institucional, material de apoyo psicoeducativo para que estudiantes de los distintos niveles, junto a sus padres y apoderados puedan trabajar desde su hogar en temáticas que apunten a fortalecer la salud mental.

Para tales efectos, las actividades que se presentan a continuación se dividirán en tres momentos:

1er Momento: Resignificar situación de crisis y los efectos de la cuarentena, buscando oportunidades y espacios de aprendizaje.

2do Momento: Identificar y Regular Emociones, fortaleciendo el vínculo entre los integrantes de la familia.

3er Momento: Enfrentar y Resolver Conflictos, generando acuerdos y compromisos familiares.

Esperando que este material sea de utilidad para nuestros estudiantes y sus familias,

Saluda Atentamente.

**Equipo Convivencia Escolar
Colegio Alcázar de Maipú**



ESCUELA BASICA MUNICIPAL N° 1369
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 600
Fono 5667304 – email: correo@colegioalcazar.cl



ACTIVIDADES PARA PRACTICAR EN FAMILIA

“Del Conflicto al Acuerdo”

OBJETIVO: Desarrollar habilidades para gestionar y resolver conflictos de forma constructiva.

❖ Etapa 1: INTRODUCCIÓN

Paso 1

Según la UNESCO, las personas tienden a relacionar los conflictos con una resolución violenta, ya sea de tipo física o psicológica. Es por eso que muchas personas tienden a evitarlos o evadirlos, por miedo a las reacciones emocionales en torno al determinado problema. Sin embargo, los conflictos son parte de la vida, no se pueden evitar, pero sí podemos aprender a gestionarlos.

Paso 2

Para adquirir herramientas para la solución pacífica de conflictos, los invitamos como familia a abrir sus corazones, dar los primeros pasos y atreverse a conversar.

❖ Etapa 2: DESAFÍO FAMILIAR

Paso 1

Para generar un clima de reflexión y confianza, un integrante de la familia leerá una imagería sobre la importancia de enfrentar y resolver los conflictos (Anexo N°1).

Paso 2

Luego, cada persona de la familia piensa, en silencio, un problema familiar que desee conversar. Si es primera vez que trabajan resolución de conflictos, se recomienda escoger problemas sencillos como: el orden de la casa o el tiempo que dedican para estar juntos o alguna otra situación familiar que repercute en el bienestar de todos (estudios, alimentación, etc.).

Paso 3

Desde el respeto y validando las emociones de todos, en turnos, cada integrante expone el conflicto familiar que desea conversar y trabajar. Después que todos participen, se vota por un solo problema que todos quieran abordar.

Paso 4

Utilizando el anexo “árbol de soluciones” (Anexo N° 2: Árbol “Analicemos Nuestros Problemas”), se trabaja entre todos el análisis del problema, identificando sus causas y consecuencias. Por último, se realiza un compromiso pensando en estrategias para solucionar el conflicto y una fecha próxima para revisar la evolución del trabajo (Anexo N° 3: Desafío Familiar).

❖ Etapa 3: REFLEXIÓN

Paso 1

Se reflexiona en torno a las siguientes preguntas:

- *¿Qué es lo que más les ha costado en esta situación de conflicto?*



ESCUELA BASICA MUNICIPAL N° 1369
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 600
Fono 5062304 - email: correo@colegioalcazar.cl



- *¿Qué cambios o aportes puede realizar cada uno para solucionar el conflicto familiar trabajado?*
- *¿Qué estrategias podemos utilizar para conversar más seguido y abiertamente nuestros conflictos?*
- *Según el compromiso efectuado ¿creen que llegaron a un buen resultado?*

❖ Etapa 4: CONSEJOS PARA LA VIDA

1. COMUNIQUÉMONOS: Demos tiempos y espacios para conversar y escuchar los distintos puntos de vista y emociones que tiene cada uno sobre los conflictos que van apareciendo a diario.

2. PRACTIQUEMOS LA COMPASIÓN: La intensidad emocional muchas veces no deja decir las cosas de buena forma, y terminamos por herir a las personas que queremos. Respiremos y busquemos formas amables de dialogar desde el amor, empatizando con las razones y el sentir de cada uno.

3. NO EVADAMOS: No tengamos miedo a los conflictos. La mayoría del tiempo cuando los evadimos, se generan consecuencias peores. Recordemos que los conflictos son parte de la vida y que solo depende de nosotros afrontarlos de forma positiva y a tiempo, sacando aprendizajes de ellos.

4. NEGOCIEMOS: Busquemos soluciones en conjunto que puedan generar bienestar a todas las partes del conflicto, buscando el punto medio en donde todos se sientan escuchados y valorados.

Claves para resolver
de forma positiva
conflictos cotidianos
en la familia





ESCUELA BASICA MUNICIPAL N° 1369
COLEGIO ALCAZAR
Avda. Parque Central Poniente N° 600
Fono 5667304 – email: colegioalcazar.cl



REFERENCIAS

EducaSwitch (2020). *Programa Familia. Resolución de Conflictos y Comunicación en Cuarentena*.
Extraído online desde: <https://plataforma.educaswitch.com/Home>