Orientaciones para Padres y Apoderados

En virtud de los últimos acontecimientos que están ocurriendo en nuestro país, es de nuestro especial interés poder contribuir al bienestar integral de nuestros alumnos. Es por ello que hacemos llegar algunas sugerencias, para que cada familia transite por esta experiencia resguardando la integridad de cada niño y joven.

- Mantenga un estado sereno y calmo. Los menores distinguen y comparten el estado emocional de los adultos a cargo.

- Fomente un diálogo familiar que permita, a cada uno según su etapa del desarrollo, tratar de comprender en términos concretos lo que está sucediendo y que de manera obvia está afectando su rutina diaria: por qué no hay clases, qué pasa en los supermercados, por qué hay presencia de militares en lugares donde no es habitual, por qué hay grupos de personas reunidas en la calle, etc. No es recomendable actuar como si nada estuviera ocurriendo.

- Permanezca atento a las preguntas o inquietudes de los niños o jóvenes, a sus señales de ansiedad (llanto recuente, irritabilidad, conductas regresivas, actitud de indiferencia extrema para evitar contacto con el tema). Responda ofreciendo contención y escucha y asegurando que los adultos están procurando resolver de la mejor forma esta situación. Especialmente con alumnos de ciclos iniciales, brinde contención afectiva a través del contacto físico.

- Procure mantener rutinas familiares estables y predecibles, ya que ello mitiga la sensación de descontrol que pudiera experimentarse dados los últimos acontecimientos. El estar en contacto con los seres queridos provee gran contención; sin embargo, evite compartir imágenes y noticias con contenidos explícitos que puedan despertar ansiedad.

- Fomente el uso de un vocabulario respetuoso con el otro. El primer paso para que niños y jóvenes aprendan a resolver conflictos, es que el adulto modele un trato cuidadoso y empático con los demás. Muestre que las diferencias de opinión son válidas y que se resuelven a través del diálogo, la reflexión y el respeto por la diferencia.

- No es recomendable que niños, particularmente de ciclos iniciales, se vean expuestos a los acontecimientos a través de noticias. La exposición a este tipo de imágenes, especialmente a través de videos y televisión, puede afectarles emocionalmente de manera importante. En esta etapa del desarrollo es preferible poder conversar y explicarles lo sucedido a través del relato de sus adultos formadores.

Departamento de Psicología y Orientación

Colegio Sagrada Familia de Reñaca