PROGRAMA DE APOYO SOCIOEMOCIONAL

La importancia del **apoyo parental en el cierre del año escolar**

Corporación
DESARROLLO
SOCIAL

soyprovidencia

La importancia del apoyo parental en el cierre del año escolar

Ha sido un año de grandes desafíos, tanto escolares como también familiares. La pandemia hizo que la cotidianidad de las rutinas fuera cambiada abruptamente.
Ahora nos acercamos al proceso de cierre del año escolar, que se enmarca en semanas de evaluaciones. Este proceso puede generar mucha ansiedad o estrés para los y las estudiantes.

A continuación, les compartiremos ciertas recomendaciones para el bienestar de los y las estudiantes.

Corporación DESARROLLO SOCIAL

JUNAEB PROGRAMA | Habilidades para la Vida

1. Identificar factores de riesgo tales como irritabilidad, sensación de nerviosismo, incapacidad para relajarse, agitación o tensión, y problemas de sueño.

2. Generar espacios de diálogo y conversación con su hijo o hija, dando el espacio para que pueda explicar donde proviene el malestar.

3. Establecer una rutina diaria familiar, es decir, que como familia se comprometan a metas semanales. Esta rutina debe incluir las horas de sueño y de comida.

4. Evitar la sobrecarga anímica del o la estudiante, es decir, evitar fomentar los temores que puedan surgir durante este periodo.

5. Reforzar positivamente en este periodo, es decir, generar conversaciones entregando el ánimo y apoyo frente al arduo trabajo que significa el cierre del año escolar.

Corporación DESARROLLO SOCIAL

JUNAEB PROGRAMA | Habilidades para la Vida

soyprovidencia

Corporación
DESARROLLO
SOCIAL

JUNAEB
PROGRAMA

Habilidades
para la Vida