

PLAN DE COMUNICACIÓN

Fortaleciendo la comunicación, la confianza y la transparencia

COMUNICACIONES

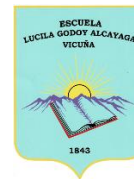
Durante una crisis como la pandemia del COVID-19, es fundamental como Colegio fortalecer la comunicación, la confianza y la transparencia, herramientas claves como medidas de contención en el retorno a clases presenciales.



Después de meses de aprendizaje virtual, alteración en la cotidianidad y el bienestar de millones de niños de todo el mundo, son innumerables las dudas y angustias que genera la reapertura de las escuelas y colegios en todo el país. Por tanto, se hace fundamental que, en tiempos de incertidumbre, los padres y adultos, en general, podamos ayudar a niñas, niños y adolescentes a navegar por sus emociones y cuidar su salud mental durante el regreso a clases.

Fortaleciendo vínculos

Vemos que muchas niñas, niños y adolescentes tienen la esperanza y deseos de volver a clases, y sabemos que esto puede ayudar a reducir la sensación de aislamiento que están experimentando algunos de ellos. Hay mucha incertidumbre sobre cómo se vivirá este



nuevo comienzo de las clases presenciales, a pesar de ser voluntarias y graduales, sin mencionar las preocupaciones sobre posibles rebrotes del virus en los centros educacionales.

En este periodo de regreso, se suman nuevos factores estresantes que pueden afectar la salud mental infantil y adolescente, que son: la socialización, la relación con sus compañeros, la posible exposición al acoso y el familiarizarse con un nuevo entorno, además de la angustia de separación que se genera, especialmente, en los más pequeños.

Consideraciones

Frente a este nuevo desafío que enfrentamos, surge la interrogante sobre las conductas que pueden esperarse, sabiendo que el contacto físico ya no será el mismo. Para aclarar (al respecto), el psicólogo Rodolfo Álvarez explicó *que “en los más pequeños y en los adolescentes es más probable encontrar conductas de acercamiento no adecuado”*. En ambos casos esto ocurriría por la ilusión de invulnerabilidad que poseen (que no les pasará nada), dándose de forma consciente en los adolescentes y, de forma inconsciente, en los más pequeños.

Por otra parte, si en los primeros días del regreso a clases las niñas, niños o jóvenes presentan preocupación, temor de ir, malestar, enojo y/o angustia, o si la ansiedad les provoca dolores de estómago o de cabeza, así como sensaciones de extrema tristeza y/o desesperanza, no solo se debe pedir ayuda a un profesional del área de la salud para retomar el bienestar y estado emocional del menor, sino que también otorgar un lapso de tiempo para adecuarse a los cambios.

“Los niños todavía están formando su personalidad y conectando sus cerebros para desarrollar habilidades para la vida. Subestimar los efectos de esta pandemia en su cerebro en desarrollo sería un paso en falso. Por este motivo, en la vuelta a clases hay que darles tiempo de familiarizarse con su nueva rutina, y más allá de levantarse a una hora en particular, lavarse, vestirse para la escuela y desayunar, se deben fortalecer las estrategias de autocuidado en su rutina diaria para regresar a clases con confianza”.

Recomendaciones

Con el pasar de los días es posible que los niños, niñas y jóvenes se sientan abrumados con distintos factores externos que se consideran agobiantes en estos tiempos, los que pueden ser desde el distanciamiento social, hasta el uso obligatorio de mascarillas en espacios públicos y privados.



Para ayudarlos, hemos implementado, en la Ruta de Aprendizaje , diferentes actividades que apoyan este retorno presencial. Por medio de éstas, se busca generar instancias que les permitan identificar, comunicar y canalizar tanto las emociones como las preocupaciones que puedan presentar, en un ambiente de acogida, respeto y confianza. Contar con estos espacios es fundamental, ya que para que los niños, niñas y jóvenes alcancen su potencial académico, es crucial que comuniquen, expresen y compartan sus sentimientos y pensamientos, junto con ser escuchados por sus pares y figuras significativas. Reconocer y validar sus preocupaciones, dudas o inseguridades. y nunca hacerlos sentir menos importantes, es nuestra tarea como adultos, respetando sus miedos, tanto si nos parecen “racionales” como si no.

EL Plan en la Casa

En casa se mantenga una rutina variada y a su vez organizada, en la cual distraerse, compartir, reflexionar en familia, dormir, comer de manera sana sea parte de una gran cantidad de experiencias que enriquezcan la convivencia. Por último, pero no menos importante, invitamos a las familias a que faciliten experiencias de diálogo y de esta manera favorecer un ambiente agradable en donde se eduquen las emociones y se genere así un espacio de educación en conjunto.

Por otra parte, si se observan cambios en el comportamiento en nuestros niños, niñas y jóvenes, en relación al estado de ánimo, a la higiene del sueño, a sus hábitos alimenticios y/o que las relaciones que tienen con su grupo de pares, y están teniendo un efecto negativo en las actividades diarias, es importante buscar ayuda profesional especializada.

Es fundamental crear espacios de encuentros significativos, recreación y reflexión familiar, dichas instancias favorecen la vida en familia y cultivan una sana dimensión emocional que permite mantener una comunicación viva y profunda. La familia debe ser el primer lugar donde se deben expresar los sentimientos, este aprendizaje permite crear relaciones profundas, crean identidad y transmiten sentimientos vivos y nos permite disfrutar armónicamente de la vida.



La Comunicación

El plan contempla seguir usando el Whatsapp como medio de comunicación entre la escuela y la casa, siendo los profesores jefes los encargados de la misma.

La difusión

Se hará como hasta ahora en las redes sociales especialmente FACEBOOK de la escuela. Y el WEB-Site de la misma.

Los comunicados seguirán a cargo de la Profesora Camila en su Confección y Publicación.

Y es responsabilidad del Director lo que se emite.

Agosto 2021