



Santiago, 14/04/2021  
Coordinación Área Formativa

TRABAJO DE CONTENCIÓN EMOCIONAL EN EL HOGAR.  
DOCUMENTO N° 6.

Muy buenos días padres, madres, apoderados del Colegio, a partir de este documento les compartiremos algunas actividades sugeridas por el MINEDUC para realizar con vuestros hijos e hijas en el hogar durante este período de cuarentena, actividades que no requieren conexión a internet y solo necesitarán de la voluntad para realizarlas y esperamos, muy sinceramente sean provechosas para todos ustedes como familia y especialmente protectoras para **la salud emocional** de sus hijos e hijas.

En el contexto de cuarentena, se sugiere a la familia otorgar protección, afecto, cuidado y oportunidades para el aprendizaje de sus hijos e hijas. Junto con ello, espacios de diversión y conversación familiar. A continuación, se presenta una actividad que pueden desarrollar en conjunto.

- **Compartir con los niños información sobre el COVID-19:** Informar y comunicar a niños y niñas lo que pasa en el mundo y en el país, con la finalidad de bajar la ansiedad, el miedo, la incertidumbre y la angustia. Entregar información real de fuentes confiables, con palabras sencillas y lenguaje claro, indicar cómo seguir cuidándose y previniendo. Sin minimizar ni exagerar la información. Tener esta conversación con el grupo familiar genera confianza, sensación de protección, contención y seguridad.

Ayuda mucho, igualmente, el regular la información que reciben de los medios de comunicación ya que esta puede resultar difícil de interpretar para los niños o muy alarmante para ellos. Tal como sugiere este documento, tratar de ser lo más claro posible y siempre destacando el cómo nos cuidamos todos en casa.

Feliz diálogo con sus grupos familiares.

Estaré muy agradecido de que ustedes me hagan llegar sus inquietudes, preguntas y opiniones a [gereirac@gmail.com](mailto:gereirac@gmail.com) sitio en el que estaré complacido de poder responder a ellas.

Nos seguiremos encontrando por este medio semana a semana.

Agradecido de vuestra atención, un saludo afectuoso de

Gerardo Pereira Campos  
Coordinador Área Formativa