



Boletín nº3



Querida Comunidad:

Este mes es muy especial, tenemos muchas celebraciones y efemérides. En primer lugar, conmemoramos a todos los **trabajadores**: Mujeres y hombres que han cambiado y seguimos transformando a nuestro país, dando lo mejor de nosotros para el bienestar de todos.

También recordamos a las **mamás**, aquellas personas que nos han permitido estar en el mundo. Ser madre es una tarea gigante, de la cual cada uno de nosotros debe estar agradecido y que nos ha permitido ser lo que somos. Quiero saludar afectuosamente a todas las mamás de nuestra comunidad, desearles un muy buen día, que puedan ser felicitadas y regaladas.



En tercer lugar, celebramos a nuestros **estudiantes**. Ellos son lo más importante en nuestra comunidad, el centro de lo que hacemos. El día del alumno es un enorme recuerdo y celebración del núcleo de nuestro colegio, y para ellos le mandamos un saludo enorme.



Finalmente recordamos lo ocurrido en Iquique que se una señal de la importancia de entregar lo mejor de nosotros por un bien mayor. Personas, algunas de estos niños, que dieron todo para proteger lo más propio de cada uno.

Todo esto nos recuerda la importancia que es propia de nuestro proyecto educativo: "El Colegio busca formar personas íntegras, con sólida formación valórica y académica de excelencia, siendo partícipes activos en el mejoramiento de la sociedad y de su entorno familiar y laboral"



Un saludo y mucho ánimo para toda nuestra comunidad.

Álvaro Estay--Rector



La semana del 26 de abril se llevó a cabo la elección de los miembros del centro de estudiantes para este año, esta se realizó a través del formato de google form donde votaron los estudiantes de 7° básico a IV° medio ejerciendo con responsabilidad su derecho a elegir a quienes los representaran en las distintas instancias de la comunidad educativa.

Centro de estudiantes 2021



Estimados Estudiantes:

En primer lugar, agradecerles por su confianza, gracias a todas las personas que votaron por nosotros.

Nos comprometemos a dar lo mejor acompañándolos y brindando todo nuestro apoyo en este año escolar, el cual sabemos que es aún más complicado que otros, ya por el hecho de ser un nuevo formato híbrido,

Hay que recordar que siempre estaremos dispuestos a escuchar inquietudes y sugerencias que les surjan conforme pase el tiempo.

Para que este nuevo año académico sea más grato de pasar, tenemos muchas actividades e ideas que nos motivan mucho y esperamos que a ustedes igual.

Martina González
Presidenta del Centro de Estudiantes



Desde 1996, y cada 23 de abril, la UNESCO instauró las celebraciones por el Día Mundial del Libro y del Derecho de Autor. Ese día se conmemora la muerte de tres grandes escritores de la literatura universal: Miguel de Cervantes y Saavedra, William Shakespeare y el Inca Garcilaso de la Vega. En todo el mundo, las celebraciones buscan estimular el gusto por la lectura, fomentar la industria editorial y proteger la propiedad intelectual a través del derecho de autor.

Así celebramos el día del libro...

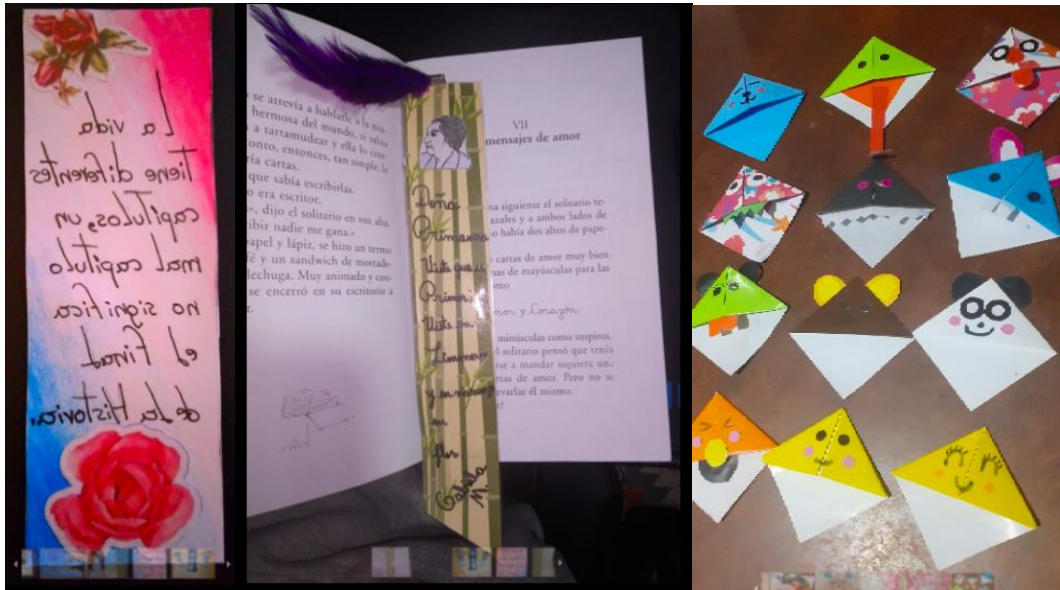


El libro guía de la vida

Había una vez un señor llamado Santino que estaba sentado en su balcón escribiendo un libro en el que estaba muy concentrado. De pronto vino un huracán que se llevó todo lo de aquella ciudad a un extraño lugar en donde faltaban los colores y todo parecía estar apagado. Comenzó a caminar extrañado, se detuvo frente a un cerco de madera y vio a una hermosa mujer en el cielo sostenida de un ramillete de libros que la hacían volar, ella lo estaba mirando y dejó caer un libro frente a Santino, era para él. El libro estaba abierto y su ilustración lo saludó, parecía tener vida. Santino lo saludó de vuelta sorprendido, luego el libro le dijo que lo siguiera, avanzaba volando y Santino caminaba junto a él, lo seguía muy interesado sin saber el destino. Llegaron a un lugar muy especial algo así como una biblioteca, todos sus libros tenían vida propia, él contempló todo, miró de arriba abajo y de lado a lado y los libros miraron a Santino, caminó y llegó a un lugar donde estaba el libro que lo había guiado hasta allí, estaba tocando el piano muy alegre, Santino entró a ver y a escuchar una hermosa sinfonía, aquella melodía se empezó a poner cada vez más rápida y Santino comenzó a bailar junto a otros libros, al terminar la melodía todos los libros aplaudieron. Al día siguiente despertó con un dibujo de un reloj en su libro que lo acompañaba en cada momento de su vida, estaba acostado en un libro gigante, el cual parecía ser una cama, les dio de comer a todos los libros un rico desayuno de cereales de letras.

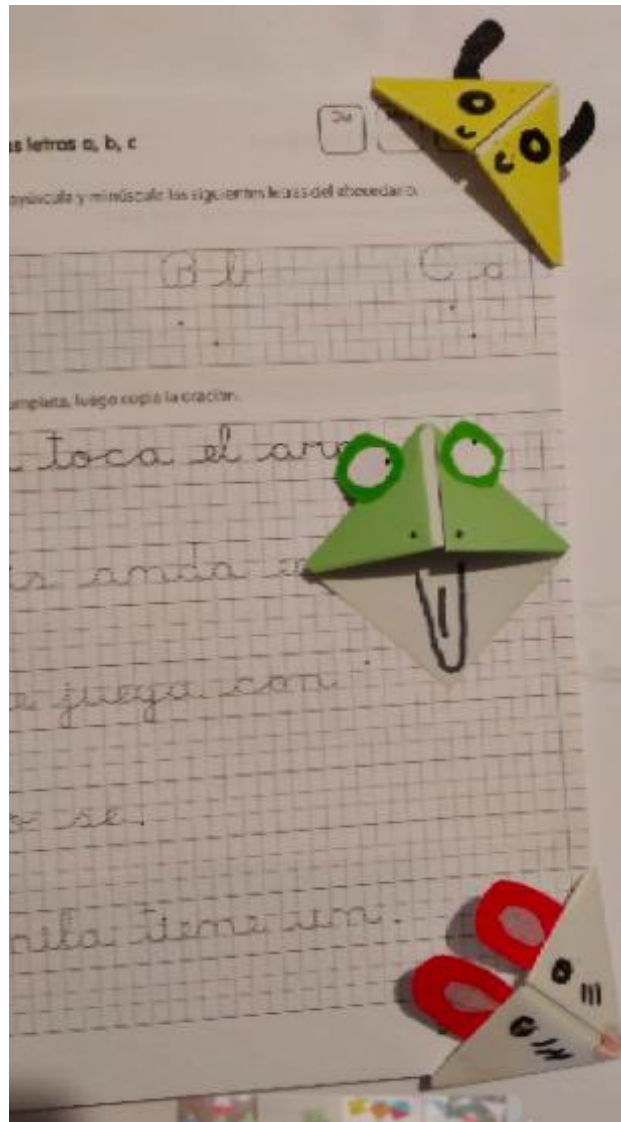
Santino se quedó a vivir allí junto a su libro, su guía de vida y junto a todos los demás libros especiales, llenos de vida. Un libro pequeño llamó a Santino, le dijo que el libro grande que estaba a su lado estaba muy enfermo, viejito. Santino lo llamó para revisarlo, pero al caer todas sus hojas se salieron y algunas se rompieron, Santino lo llevó a un taller en donde había muchos libros a su alrededor sentados como en una galería viendo cómo recuperaban al antiguo libro. El libro con ilustraciones de Santino le dijo que empezara a leer el viejo libro y allí comenzó a latir el corazón de este y se pudo recuperar. Se hizo de noche y todos los libros se fueron a su estante, Santino tomó el libro que había empezado a escribir hace un tiempo atrás, el libro guía de Santino lo inspiraba y escribió de lo que había pasado y de la mujer que había visto en aquel lugar, escribió durante mucho tiempo. Santino era como un bibliotecario, entregaba libros a las personas, esos libros eran como un ser más que los acompañaba toda la vida. Santino que escribió su libro fue envejeciendo. Terminó el libro, tomó su sombrero, su bastón, llegó a la entrada de la biblioteca y algunos libros lo empezaron a rodear, lo hicieron Joven de nuevo y volaron junto a él hasta el cielo como aquella mujer que vio al principio, el libro guía de Santino muy triste estaba, Santino dejó caer el libro que había escrito para que fuese el nuevo guía de la niña que había llegado hasta la puerta de esa biblioteca especial.

Sofia Marchesani Bustos, 6ºA, Colegio El Bosque.



Trabajos de los niños de Enseñanza básica





"La libertad es uno de los más preciosos dones que a los hombres dieron los cielos; con ella no pueden igualarse los tesoros que encierran la tierra y el mar: por la libertad, así como por la honra, se puede y se debe aventurar la vida".





Don Quijote de La Mancha

23 de abril Día de la Convivencia Escolar

LA CONVIVENCIA ESCOLAR

OBJETIVO GENERAL:

Promover y desarrollar en todos los integrantes de la comunidad educativa una formación que favorezca la prevención de toda clase de violencia o agresión a partir de la práctica de principios y valores encaminados a lograr la sana convivencia.

-  Soy tolerante
-  Soy solidario
-  Soy respetuoso
-  Juego limpio

**HEMOS APRENDIDO A VOLAR COMO LOS PÁJAROS, A NADAR COMO LOS PECES;
PERO NO HEMOS APRENDIDO EL SENCILLO ARTE DE VIVIR COMO HERMANOS. -
MARTIN LUTHER KING.**

SI ENSEÑAMOS

a los niños

a aceptar la

Diversidad

como
algo

NORMAL

no será

necesario

hablar de

inclusión:

sino de

CONVIVENCIA

U | UPAEP Psicopedagogía

*La convivencia escolar es una
responsabilidad compartida por toda la
comunidad educativa y por la sociedad en
su conjunto.*



La convivencia es un aprendizaje: se enseña y se aprende a convivir. Por ello, la convivencia escolar es la particular relación que se produce en el espacio escolar entre los diversos integrantes de la comunidad educativa: estudiantes, docentes, directivos, asistentes de la educación, padres, madres y apoderados, sostenedores.

La convivencia es la capacidad de las personas de vivir con otras (con-vivir) en un marco de respeto mutuo y solidaridad recíproca; implica el reconocimiento y respeto por la diversidad, la capacidad de las personas de entenderse, de valorar y aceptar las diferencias; los puntos de vista de otro y de otros”.

«Cualquiera puede enfadarse, eso es algo muy sencillo. Pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo».Aristóteles. Ética de Nicómano.



En la convivencia diaria, antes o después, van a surgir conflictos en cualquier grupo social, pues estos son parte de la convivencia. Los seres humanos, desde que nacemos, pertenecemos a diferentes grupos sociales (familia, vecinos, amigos, etc.) y la opinión que los demás tienen de nosotros tienen una influencia que nos ayudan en nuestra realización personal y a su vez nuestras actitudes, valores, metas, objetivos, compromiso, etc. son compartidas por el grupo al que pertenecemos. Cada colectivo tiene unas normas de actuación, explícitas o implícitas, que ayudan a regular nuestras interacciones personales y favorecen el logro y afianzamiento de los compromisos y valores del grupo. Todas estas normas y valores favorecen la convivencia y el logro de los objetivos. Pero en un momento dado, pueden haber intereses diferentes y entonces surgir el conflicto interpersonal, los

intereses de dos personas (o dos grupos) chocan, y los intereses particulares pueden más que los del colectivo.

Las personas somos seres sociales y comunicarnos con los demás es algo necesario para sentirnos bien y para satisfacer determinadas necesidades, pero la comunicación interpersonal presenta dificultades y limitaciones, en muchas ocasiones no somos conscientes de que percibimos la realidad de manera diferente a como lo hace la otra persona, debido a infinidad de factores que influyen en la misma, como son: las propias creencias, experiencias personales, etc.

No basta convencer a una persona que perdone a otros, que no sea agresivo, que «hable bien» a los demás, etc. Porque no es sólo cuestión de voluntad, de querer o no querer respetar a los demás y relacionarse bien con ellos, hay que tener o desarrollar las capacidades o habilidades cognitivas necesarias y existen en la actualidad métodos y programas muy interesantes y de demostrada efectividad para enseñar estas capacidades y habilidades, dependiendo de las edades a las que va dirigido.

Enseñar a convivir, a relacionarse bien con los demás, implica:

1º Habilidades cognitivas, favoreciendo el desarrollo de los pensamientos: causal, consecuencial, alternativo, perspectiva y medios-fin. Esto es, enseñar a pensar, y supone: saber plantear bien los problemas, buscar el mayor número posible de soluciones alternativas a ese problema, aprender a prever las consecuencias de lo que vamos a hacer o vamos a decir, saber ponernos en el lugar del otro y ver las cosas como él o ella las ve, trazarse objetivos y saber planificar como conseguirlos.

2º Desarrollar un juicio moral práctico, para respetar a los otros, ser responsables, etc.

Según diferentes autores puede haber diferentes categorías de valores, todos son importantes pero son los valores morales (bondad, justicia, generosidad, amor, autenticidad, fidelidad o lealtad, solidaridad, el agradecimiento, la responsabilidad, la libertad y la paz.) los que son importantes en educación porque son decisivos, son los que determinan como puede ser una persona, desde una persona egoísta hasta una persona admirable y ejemplar para todos.

Debemos establecer como referente aquellos valores morales universales y permanentes (que son resultado de la humanidad entera y no son el producto de una moda o individualismo) como son: la *libertad*, contra toda forma de esclavitud y de manipulación; el *amor* y su forma más noble; la *amistad*, que consiste en comunicación, enriquecimiento mutuo, encuentro y que es contrario al odio, a la envidia y a la indiferencia. La *solidaridad*, que es amor al débil que está amenazado en sus derechos o en su dignidad y está relacionado con la *generosidad* y con la *compasión* y es contrario al egocentrismo y a la

despreocupación. El *perdón* está relacionado con la generosidad y es la capacidad de comprender a quienes nos hayan ofendido y olvidar la ofensa, se opone al rencor y al odio. La *fidelidad o lealtad*, ya sea en la pareja, entre amigos o en el grupo al que pertenecemos, es lo opuesto a la traición y al olvido. La *responsabilidad* es saber cumplir los compromisos que uno ha aceptado, no puede haber verdadera libertad sin responsabilidad. La *paz*, no es sólo la ausencia de conflicto armado, sino respeto mutuo y capacidad de convivir y cooperar con quienes piensan de otro modo, es lo contrario a la guerra, a las peleas, al conflicto. La *coherencia o autenticidad* es la coincidencia entre lo que vivimos y lo que decimos y lo que pensamos, es lo contrario a la hipocresía. Por último, la *justicia*, que consiste en dar a cada uno lo que le pertenece y que es la base de todos los otros valores morales, ya que sin justicia ninguno de esos valores tiene sentido. Sin embargo, no todos estos valores tienen la misma importancia o el mismo peso; por ejemplo, la fidelidad a una persona o a un colectivo no se puede poner por encima de la justicia; el perdón a los opresores no nos puede llevar a olvidar la solidaridad con los oprimidos. Tampoco podemos limitarnos a desarrollar un valor, sin tener en cuenta los demás, Para poder descubrir los grandes valores morales y vivirlos, se necesita: saber pensar, tener control emocional y avanzar en los estadios de crecimiento moral.

3º Adquirir práctica en las habilidades sociales básicas, tales como: saber escuchar, saber pedir un favor, disculparse de forma eficaz, resistir las presiones de otros, saber presentar una queja, poder negociar con eficacia y justicia.

Las habilidades sociales podemos definirlas como «conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los demás de forma eficaz y satisfactoria». Hay habilidades sociales básicas y otras más complejas (saber escuchar, iniciar una conversación, presentarse, dar las gracias, hacer un cumplido, pedir ayuda, pedir permiso, disculparse, etc.). El aprender y desarrollar estas habilidades es fundamental para el desarrollo personal y social, así como conseguir unas óptimas relaciones con los demás. Estas se pueden aprender por medio de la imitación de modelos de personas que son influyentes para cada persona y el entrenamiento en respuestas asertivas, enseñar a defender los legítimos derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido.

4º Poner en práctica la llamada «inteligencia emocional». Este término fue utilizado por primera vez por los psicólogos Peter Salovey y John Mayer (1990) de la Universidad de Harvard y posteriormente objeto de estudio del autor Daniel Goleman. La Inteligencia Emocional podemos definirla como la «capacidad para percibir (reconocer), comprender y regular nuestras emociones y las emociones de los demás y la habilidad para regular estas emociones que promuevan el crecimiento intelectual y emocional». Conocer las propias emociones y ser capaces de identificarlas en los demás, saber controlar y regular nuestros propios estados emocionales y resolver conflictos interpersonales. En ocasiones, no sabemos como afrontar y como regular nuestras emociones y es importante saber percibir y tener conciencia de nuestras emociones para poder controlarlas y regularlas. Es fundamental saber

reconocer y expresar nuestras emociones pero es necesario llegar a un *nivel medio* de percepción de las emociones, puesto que un *nivel bajo* indica que no se le está prestando atención a nuestras emociones y con un *nivel alto* le prestamos demasiada atención y le estamos dando demasiada importancia y no buscamos soluciones.

Nuestros sentimientos y emociones están presentes en nuestras relaciones sociales, en toda relación interpersonal que establecemos y al mismo tiempo determinan la manera de relacionarnos con los demás. Las emociones surgen en numerosas circunstancias e influyen en nuestro modo de actuar, en situaciones de conflicto afloran numerosos sentimientos (como la ansiedad, tristeza, ira etc.) que están determinando de manera fundamental en estrategias que se utilicen en la solución del conflicto.

El estudio sobre la inteligencia emocional ha ido más allá del ámbito familiar y escolar y hoy en día se ha extendido a todas las relaciones humanas. Las capacidades sociales y emocionales son fundamentales para el éxito en la vida, estudios realizados por especialistas en ciencias sociales, han demostrado que personas que han llegado a un mayor éxito profesional, social y personal no han tenido un coeficiente intelectual elevado o académicamente no han sido brillantes, pero si han demostrado que son personas con una serie de capacidades bien desarrolladas, como: tener capacidad para conocer y regular sus emociones, una buena salud mental, ajustadas en sus familias, con apoyo y éxito social, buena capacidad para relacionarse socialmente. Además, se han establecido una serie de cualidades emocionales que parecen estar relacionadas con el éxito, como: la empatía, la expresión y comprensión de los sentimientos, la simpatía, la amabilidad, la cordialidad, la capacidad de resolver problemas de forma interpersonal, el respeto, la capacidad de adaptación, el control de nuestro temperamento. Aunque hay que mencionar también otros autores que van en otra línea de investigación (Seligman) que dicen que en la actualidad hay un mayor desajuste emocional que hace cincuenta años.

La clave de la inteligencia emocional parece estar en ser conscientes en cada momento de lo que uno está sintiendo, para a partir de ahí empezar a desarrollar el control inteligente de las emociones.

Es importante la relación que se establece entre tres componentes de la Inteligencia Emocional, tanto en si mismo (competencia personal) como en los demás (competencia social):

1. La percepción, expresión y evaluación de las emociones, tiene que ver con una conciencia emocional en si mismo (ser capaces de sentir y expresar) o en los demás descifrar mensajes no verbales.
2. Comprensión o conocimiento de los estados emocionales, a través de dilemas emocionales que nos planteamos a nosotros mismos y que implican un coste emocional y a través de la empatía, que implica el identificarse con las emociones de

otra persona.

3. Regulación de las emociones. Entendida tanto la regulación de nuestros estados emocionales como a la resolución de conflictos interpersonales.

Así como reconocer las habilidades que la componen:

1. Conocimiento de las propias emociones (enfado, tristeza, alegría, etc.).
- 2 Capacidad de controlar las emociones, **Autorregulación**.
3. Capacidad de motivarse a uno mismo. **Automotivación**. Implica compromiso, iniciativa, esfuerzo por mejorar, etc. Aspectos a trabajar: confianza en sí mismo, seguridad, conocer posibilidades y limitaciones, aprender a pedir ayuda, aceptar consejos y normas, respetarse a sí mismo, sinceridad con uno mismo.
- 4 Reconocimiento de emociones ajenas. **Empatía**. Implica tener conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones de los otros.

Aspectos a trabajar: aceptación de la forma de ser de los demás, contar con otros, ofrecer las tareas de responsabilidad asumidas, valoración de sus pequeños logros, establecer normas de cooperación, sinceridad, compañerismo.

5. Control de las relaciones con los demás. **Destrezas sociales**. Implica una serie de capacidades emocionales como: liderazgo, influencia, comunicación, manejo de conflictos (saber negociar, resolver desacuerdos), reforzar las relaciones interpersonales dentro del grupo, capacidad de trabajar en equipo, colaboración y cooperación con otros para alcanzar metas compartidas, etc.

Daniel Goleman. Inteligencia Emocional.

