

Mayo 13 de 2020

Amor en familia

Enseñar el amor, aprender a amar, cuidarlo y comunicarlo: Es en el seno familiar donde se deben cultivar los valores del ser humano, enseñarlo a pensar, a profundizar, a reflexionar, hacerle ver y sentir que el respeto es el guardián del amor, así como la honradez, la generosidad, la responsabilidad, el amor al trabajo, la gratitud.

Es ahí en la familia donde enriquecemos el amor. En este tiempo en familia los invitamos a ser creativos en el cultivo de la inteligencia, la voluntad y el corazón.

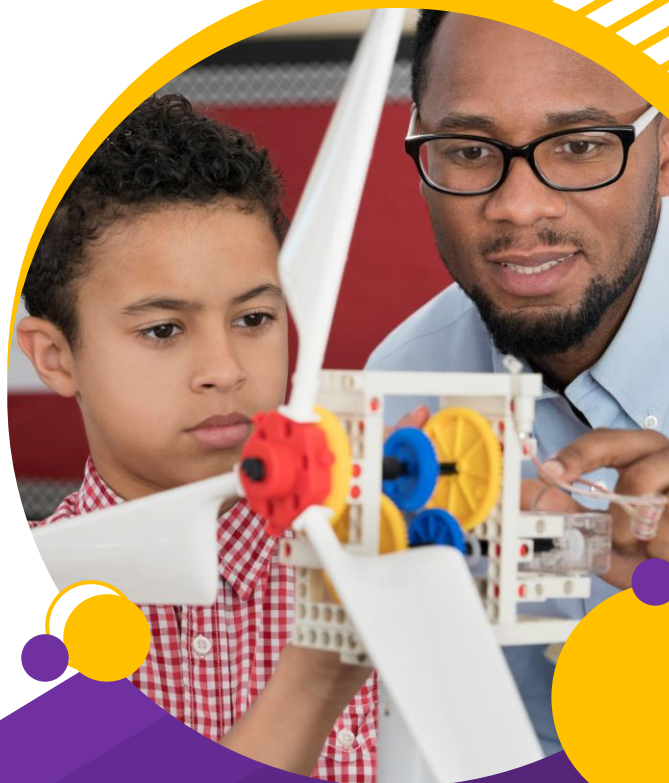
Enseñar a amar



“Amarás a tu prójimo como a ti mismo”. Este mandato evangélico es básico en el amor. Los invitamos a enseñarle a los hijos la importancia del amor propio. De esta manera si nos amamos, cuidamos el cuerpo; si nos amamos, cuidamos el espíritu; y podemos amar al prójimo de la misma manera en que deseas ser amado.

Aprendamos a amarnos

- ✓ **Diles a los miembros de tu familia que los amas:** Expresa tus sentimientos.
- ✓ **Demuestra tu amor:** No solo las palabras bastan, a veces los gestos pueden sustituir muy bien las frases.



Menú para una familia feliz

Toma	Añade	Condimenta todo
2 dedos de paciencia	2 puñados de tolerancia	Con mucho amor
1 taza de bondad	1 cucharadita de simpatía	Deja cocer a fuego lento y tendrás una...
4 cucharadas de buena voluntad	1 cucharada de humildad	
1 pizca de esperanza		
1 dosis de fe		



Cuidemos el amar

- ✓ **Diviértanse juntos:** Comparte tiempo haciendo actividades divertidas con tu familia y diles "los amo". Realizar actividades juntos fortalece la unión y propicia el ambiente idóneo para expresar lo importante que son para ti y todo el amor que sientes por ellos.
- ✓ **Reconóceles aquellas cosas que hacen bien:** Es cierto que el amor es incondicional y que cuando se ama a alguien se ama con sus virtudes y defectos, pero el que les digas que son los mejores significa que quisieras repetir más experiencias juntos. No hay mejor forma de demostrar el aprecio hacia los demás que elegir compartir con ellos el tiempo que pudieras dedicar a cualquier otra actividad.

Comuniquemos el amor

- ✓ **Sácales una sonrisa**
A veces los pequeños detalles como un regalo inesperado, un ramo de flores, un chocolate, una

carta, pueden alegrar el día de tus seres amados y hacerlos sentir que realmente los aprecias y los cuidas.

- ✓ **Ayúdalos en sus labores**

Bríndales un poco de tu tiempo para ayudarles con sus quehaceres, de esta manera pueden notar que los amas tanto como para echarles una mano.



- ✓ **Pide disculpas**

Si consideras que te has equivocado o herido a algún miembro de tu familia, pide disculpas y trata de llevarte bien con ese miembro. Si conoces qué le molesta de ti, evita repetir esas conductas.

- ✓ **Sé positivo**

Una actitud mental positiva acerca al éxito en todo. Trata de ser muy amable y positivo con tus familiares, motívalos para que alcancen sus metas, **transmite tu alegría y amor.**



Ideas para desarrollar inteligencia emocional en los niños

Telegrama del amor

Comparte con tu familia la funcionalidad del telegrama y hazlo vivo en tu hogar. Cada miembro de la familia escribirá a los integrantes de casa un telegrama; donde le expresará el amor y pedirá perdón por las acciones que no han demostrado amor.

"Rincón de la calma" y "mesa de la paz"

El rincón de la calma es un lugar físico donde el niño puede acudir cuando se ve desbordado por sus emociones. En él encontrará algunos elementos que le pueden ayudar a recuperar la serenidad y la tranquilidad.

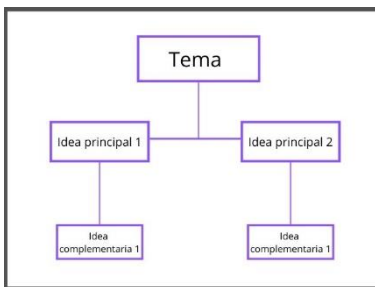
Datos de interés

¿Conoces la diferencia entre los mapas mentales, esquemas y mapas conceptuales?

Los tres son técnicas de estudio que ayudan a reforzar el aprendizaje sobre un tema en particular, especialmente en disciplinas como la historia o las ciencias naturales. Veamos en qué consiste cada tipo de mapa y cuáles son sus diferencias explicando cada concepto detalladamente.

¿Qué es un esquema?

El esquema es una técnica que sirve para organizar algún contenido mediante textos y conectores lineales utilizando flechas, llaves, letras y/o números. Esto permite memorizar mejor el tema a estudiar, motivo por el cual se considera una técnica de estudio muy práctica y que tiene que ser aprendida también para que los estudiantes la puedan llevar a cabo con éxito. Su principal función es la de jerarquizar ideas para que el conjunto de una lección sea entendible gráficamente.

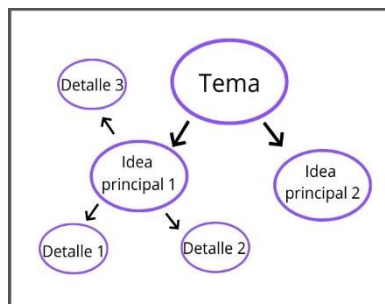


Para hacer un esquema es necesario realizar primero una lectura **comprensiva** y utilizar técnicas de resumen como el **subrayado** o la **ejemplificación**, con el fin de resaltar los aspectos clave de la lectura. Son importantes las **palabras clave muy cortas**.

Los esquemas son útiles para resumir un contenido para el estudio, para tener una rápida visualización de las ideas más importantes, o para hacer un mejor análisis del contenido leído. También funcionan muy bien como guía para la realización de exposiciones y charlas con éxito.

¿Qué es un mapa conceptual?

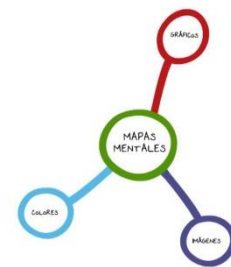
Los mapas conceptuales tienen la misma funcionalidad que los esquemas, pero su diferencia consiste en que los conectores no son lineales, sino que se hacen en forma de red utilizando "nodos", una especie de cajas en las que se ubica la palabra clave que conecta. La idea central se coloca en el medio del mapa, desde la que se desprenden después las ideas secundarias o subordinadas.



¿Qué es un mapa mental?

El mapa mental es una técnica en la que, a diferencia de las dos anteriores, se usan tanto palabras como dibujos o imágenes. Su construcción parte de una idea principal que se coloca en el centro del mapa, de donde parten ramificaciones en diferentes direcciones.

Los mapas mentales se usan para disertar temas de interés, es decir, para conseguir hacer más minucioso el estudio de alguna materia en concreto.



Con este tipo de técnicas se busca explorar ideas, así como tocar temas afines o que puedan estar relacionados y pocas veces son explorados. Su principal intención es, en definitiva, construir un nuevo conocimiento y no solo ordenar lo que ya está escrito.

Aprender técnicas de estudio resulta muy útil para los alumnos, y por eso es preciso conocer todas las herramientas que existen, así como su utilización más adecuada. Solo conociendo y practicando mucho las técnicas los estudiantes podrán recurrir a ellas para fijar contenidos y para enfrentarse a pruebas académicas con éxito y sin supervisión.