
Sana convivencia - maestros



¿Qué es la sana convivencia?

La sana convivencia nos permite vivir en comunidad, y a través de ella damos a conocer nuestros valores y costumbres. Esta es importante para las personas que, por alguna razón u otra, deben pasar mucho tiempo juntas, vivan en armonía y en solidaridad.

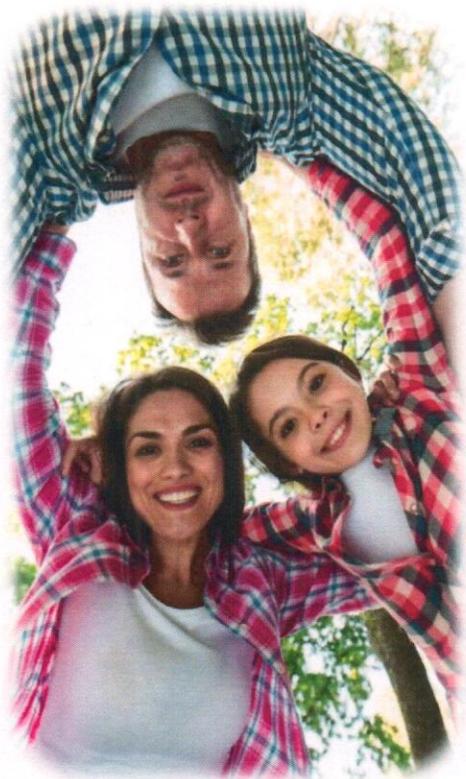
¿Cómo influye mi rol como maestro en el desarrollo de una sana convivencia escolar?

Los maestros somos la clave para fomentar ambientes escolares adecuados. Estamos en contacto directo con cada estudiante. Por lo tanto, podemos brindarles ejemplos de una buena actitud, sana convivencia, respeto, etc. Somos la influencia más importante en la escuela con los estudiantes, por lo que si damos un mal ejemplo estos harán lo mismo.

Estrategias para fomentar la sana convivencia escolar

- Fomentar el respeto entre los estudiantes y tener consideración con las ideas de los demás.
- Promover y mantener el orden y la limpieza en el salón de clases, diariamente.
- Explicar a los estudiantes que están en la escuela para aprender y que deben esforzarse para ello.
- Aprender a aceptar nuestros errores y solucionar los problemas de la mejor manera posible.
- Prohibir y evitar que se lleve a cabo cualquier acción de *bullying* y comentarios despectivos hacia los demás.
- Eliminar cualquier juego que incite a la violencia. Esto es crucial para mantener un buen ambiente.
- Promover el trabajo grupal, la cohesión de los compañeros, la comunicación y la integración social.





Sana convivencia – padres, madres o encargados

¿Qué es la sana convivencia?

La sana convivencia es la que nos permite vivir con nuestros propios valores y desarrollarnos como personas. Es la que nos permite vivir con los demás, pese a las diferencias que existan entre nosotros. Esta hace posible que nos expresemos de manera efectiva, dialoguemos, podamos resolver cualquier tipo de diferencias y trabajar en comunidad.

La sana convivencia es esencial en las escuelas, en la familia y en otros ámbitos.



Un ambiente de sana convivencia es aquel en el que:

- Existe gran cooperación entre todas las personas para cumplir con los objetivos grupales.
- Las relaciones se basan en la paz y la justicia. De esta manera el entorno es un lugar mejor para todos.
- Se observa que todos interactúan entre sí y las opiniones de todos son tomadas en consideración.
- La comunicación es asertiva y nadie se impone sobre otros.
- Se promueve un ambiente de solidaridad.

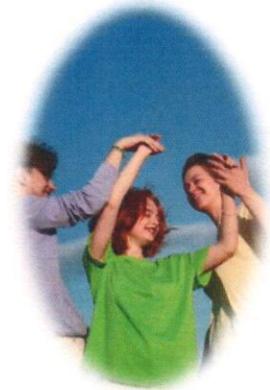
¿Cómo puedo fomentar la sana convivencia en mi hogar?

- Crear relaciones en la familia basadas en el respeto hacia los demás. Esto es importante porque hará que nuestros hijos aprendan sobre el respeto y cómo pueden aplicarlo en otros entornos.
- Distribuir las actividades de la casa de forma equitativa, ya que esto los enseñará a mantener orden y limpieza en la convivencia.
- Fomentar la participación de todos a la hora de tomar decisiones que puedan afectar a todos en el hogar.
- Tener normas que prohíban los gritos y las ofensas de unos hacia los otros.
- Respetar los gustos de cada uno, ya que cada cual tiene derecho a expresar sus gustos en su espacio, así como en la forma de vestir.
- Pasar tiempo en familia, ya que esto implica poder compartir en el tiempo de ocio y participar en actividades que propicien la alegría y el disfrute colectivo.

Sana convivencia – estudiantes de secundaria

¿Qué es la sana convivencia?

La sana convivencia es la forma en que las personas viven y se relacionan entre sí. También es vivir sin conflictos o problemas. A través de una convivencia pacífica las personas pueden dialogar, trabajar, socializar, expresarse y resolver conflictos entre sí. Es la armonía que se busca y se espera de toda relación entre personas que deben estar juntas por determinados períodos de tiempo.



¿Por qué es tan importante tener una sana convivencia?

- Mejora nuestros vínculos afectivos, ya que, construye y refuerza los lazos de amor, empatía y cuidado.
- Promueve la buena autoestima en las personas. Si existe una sana convivencia las personas se sienten aceptadas, queridas, orgullosas y creen en sí mismas.
- Potencia el desarrollo global porque permite que las personas se desarrollen efectivamente en todos los ámbitos de la vida.
- Contribuye a una mejor comunicación, entendimiento y empatía entre las personas.
- Promueve que dos personas que crecieron y se formaron con buenos valores no recurran a la violencia.

¿Cómo puedo tener una sana convivencia con las personas que me rodean?

La sana convivencia se puede lograr manteniendo, en nuestras relaciones con los demás, los siguientes valores:

- el respeto: nos permite aceptar, apreciar, reconocer y valorar las cualidades y los derechos de los demás.
- la empatía: nos ayuda a ponernos en el lugar del otro, poder entender cómo piensan y qué sienten.
- la humildad: nos enseña que todos somos iguales y que nadie es superior al otro en ningún aspecto.
- la autoestima: nos capacita para desarrollar otros valores como la empatía y poder ayudar a otras personas a lograrla efectivamente.
- la gratitud: nos alienta a dar las gracias por un favor que nos hicieron. Es un sentimiento que nos sale del corazón.
- el optimismo: nos prepara para dejar la negatividad a un lado y lograr una buena convivencia. Es confiar en que todo irá bien.



Sana convivencia – estudiantes de primaria



¿Qué es la sana convivencia?

La sana convivencia es estar bien contigo mismo. También es tratar bien a las personas con las que vivimos o con las que compartimos. Para aprender a vivir en una sana convivencia necesitamos seguir y cumplir con las normas y respetar los derechos de los demás.

Normas que debemos seguir para lograr una sana convivencia con las personas que nos rodean:

1. Siempre decir por favor y gracias.
2. No gritar ni levantar la voz.
3. Saludar con cordialidad.
4. Pedir y esperar con paciencia el turno para hablar, sin interrumpir a los demás cuando lo estén haciendo.
5. Tratar a quienes nos rodean como quisiéramos que nos traten a nosotros; es decir, con respeto y amabilidad.
6. Usar un tono de voz adecuado cuando nos expresamos.
7. Compartir sanamente con los demás.
8. No maltratar a los demás.
9. Ser educado al llegar a un lugar, saludar al entrar y despedirse al salir.
10. Pedir disculpas cuando sabemos que nos hemos equivocado o si hemos hecho daño a alguien.
11. Cumplir con los horarios establecidos en la casa.
12. Respetar las ideas de las demás personas.
13. Pedir las cosas con paciencia y comprensión siempre.
14. Escuchar con atención cuando nos hablan.
15. Ayudar y respetar a las personas mayores.
16. No decir mentiras.
17. Ser responsables.
18. Respetar lo ajeno; por ejemplo, la privacidad y la intimidad de los demás, así como pedir permiso antes de usar algo que no sea tuyo.
19. Responder a los demás cuando nos hablen y no ignorarlos.

