



29 de Septiembre, 2025

Boletín N° 5

Convivencia Educativa



¿Es importante que nuestros niños(as)/jóvenes tengan Límites?

Esta es una pregunta que, al menos en principio, todos deberíamos estar de acuerdo: obviamente que, al igual que en cualquier momento de la vida, los límites resultan fundamentales no sólo para procesos personales como la Identidad o el Autoestima, sino que también a modo de protección y bienestar psicosocial. Sin embargo -y aunque pudiésemos estar todos de acuerdo con esta premisa- no todos(as) sentimos la necesidad de instalar límites en los procesos de formación con nuestros hijos(as). Cabe preguntarnos, entonces, **¿es realmente importante establecer Límites con nuestros niños(as) y jóvenes? ¿Desde qué edad es bueno colocar límites?** Más allá de opiniones personales y de creencias desarrolladas en el tiempo, hoy deberíamos buscar la respuesta en los adelantos que ha desarrollado la Ciencia y, en particular, la Neurociencia. Desde esta disciplina, hoy contamos con evidencia científica sobre cómo se va desarrollando nuestro cerebro y sistema nervioso; por tanto, deja de ser un misterio lo que sirve o perjudica para que estas estructuras alcancen su máximo potencial. Podemos citar los siguientes beneficios a la hora de instalar Límites en la crianza:

1. Brindan seguridad y estructura

- Los niños necesitan saber qué se espera de ellos y cuáles son las consecuencias de sus acciones.
- Los límites les dan un marco predecible que reduce la ansiedad y fomenta la estabilidad emocional.

2. Fomentan la autorregulación

- Con límites claros, los niños aprenden a controlar sus impulsos y emociones.
- Esto les ayuda a tomar decisiones más conscientes y a desarrollar autocontrol.

3. Enseñan responsabilidad

- Al enfrentar consecuencias por sus actos (positivas o negativas), los niños aprenden que sus decisiones tienen impacto.
- Esto fortalece su sentido de responsabilidad personal.

4. Contribuyen a la autoestima

- Cuando los límites son amorosos y consistentes, los niños se sienten cuidados, importantes y valorados.
- Esto contribuye a desarrollar una autoestima saludable.

5. Preparan para la vida en sociedad

- Vivimos en una sociedad con normas y reglas.
- Aprender a respetar límites desde casa les facilita la adaptación a la escuela, al trabajo y a la vida social en general.



Colocar Límites no debe ser a partir de un autoritarismo ciego, sino que en base al Amor Incondicional y al Ejemplo que damos.

Los límites bien establecidos no reprimen, sino que guían. Son una forma de amor que enseña, protege y prepara a los niños(as) y jóvenes para ser personas autónomas, responsables y empáticas.

En síntesis, la incorporación de Límites en la crianza, genera Seguridad y Autoconfianza en los niños(as) y jóvenes, lo que -posteriormente- favorecerá el fortalecimiento de su Autoestima.



¿Qué sucede en nuestro Cerebro cuando no hay Límites claros?

Cuando no hay límites claros durante la crianza o en la vida en general, el cerebro —especialmente en etapas de desarrollo como la infancia y adolescencia— puede verse afectado de varias formas a nivel emocional, conductual y neurológico.

1. Se activa el estrés y la ansiedad

El cerebro, especialmente en la infancia, busca estructura y previsibilidad para sentirse seguro.

La falta de límites claros genera confusión y caos, activando constantemente el sistema límbico (amígdala), que responde al peligro.

Esto puede generar ansiedad, irritabilidad y comportamientos impulsivos.

2. Débil desarrollo del lóbulo prefrontal

El lóbulo prefrontal es la parte del cerebro encargada de funciones como el autocontrol, la toma de decisiones y la empatía. Sin límites, el niño no aprende a regular sus emociones, esperar turnos, tolerar la frustración ni responsabilizarse de sus actos.

Esto puede afectar negativamente la autorregulación emocional y la conducta social.

3. Activación constante del sistema de alerta

El cerebro está diseñado para detectar peligros y protegernos. Cuando los límites no están claros, vivimos con incertidumbre:

¿Qué se espera de mí?

¿Estoy haciendo demasiado?

¿Estoy siendo invadido o invadiendo?

Esto puede mantener el sistema nervioso en alerta constante, generando estrés crónico, ansiedad y agotamiento mental.

4. Desregulación emocional

Los límites nos ayudan a regular nuestras emociones. Si no sabemos decir "no" o no sabemos cuándo detenernos:

Se acumulan emociones como frustración, culpa o resentimiento.

El cerebro límbico (emocional) se activa más de lo necesario, y la corteza prefrontal (la parte racional) pierde control sobre la situación.

Esto favorece las reacciones impulsivas o excesivas.



ALGUNOS TIPS PARA COLOCAR LÍMITES EN NUESTROS PROCESOS DE CRIANZA

1. Sé claro(a) y coherente

Usa un lenguaje simple y directo.

Evita ambigüedades como "pórtate bien"; mejor di "no grites dentro de casa".

Mantén los límites con coherencia (lo que hoy es un "no", mañana no puede ser un "sí").

2. Establece reglas anticipadamente

No esperes a que ocurra un problema para poner un límite.

Por ejemplo: "Vamos al parque por 30 minutos. Cuando te diga que es hora de irnos, nos vamos sin enojarnos".

3. Sé firme pero respetuoso(A)

Puedes ser firme sin levantar la voz ni humillar.

Usa un tono calmado pero seguro: "Entiendo que estés molesto, pero no está bien pegar cuando estás enojado".

4. Explica el porqué (según la edad)

Los más pequeños no necesitan explicaciones largas, pero sí claras.

Los adolescentes aprecian entender el motivo: "No puedes salir hasta tarde entre semana porque necesitas descansar!!".

A Convivir se aprende ...conviviendo!!



Conozcamos un poco más de la Convivencia Educativa en nuestro Colegio.

PRINCIPALES ASPECTOS QUE NECESITAMOS MEJORAR

Este Segundo Semestre, seguiremos colocando mucho énfasis en los siguientes aspectos:

ASISTENCIA A CLASES: Cada vez que un(a) Alumno(a) deja de asistir a clases, interrumpe su proceso de aprendizaje, lo que no sólo tendrá impacto en su rendimiento escolar, sino también en el desarrollo de su autoestima y motivación escolar.

USO DE UNIFORME: El uso del uniforme institucional, es obligación por parte de nuestros(as) Estudiante. Así lo señala nuestro Manual de Convivencia y así lo aceptaron los Padres y Apoderados al momento de matricular a su hijo(a). Su uso adecuado también es un mensaje de orden y de respeto por los demás.

ACTITUD DE APRENDIZAJE: Sabido es que *"nadie aprende si no quiere aprender"*; en este sentido, debemos recuperar el concepto de que al Colegio, niños y jóvenes deben asistir con actitud de trabajo y de desarrollo. Más allá de pasarlo bien y que se realicen actividades entretenidas, el foco central de los Colegios es el Aprendizaje.

USO DE PANTALLAS: Cada día hay más evidencia de los efectos negativos para el aprendizaje y la socialización que tiene el uso y abuso de teléfonos celulares. Además, se utiliza esta tecnología para denostar a sus propios compañeros a través de las RRSS. Por tal motivo, debemos seguir impulsando el criterio de "Colegio Pucón libre de teléfonos celulares".



JUEGOS BRUSCOS : Se hace muy común visualizar a niños(as) y jóvenes jugando de manera brusca, muchas veces sin conciencia del accidente que pueden provocar. Necesitamos generar una cultura donde "jugar" no signifique "estar en peligro". Para ello, fomentemos el buen trato, evitar que jueguen a tirones o pensando que se trata de la "final del mundo".

Juegos de Mesa a cambio de pantallas

¿Sabías que hoy en los recreos y a la hora de almuerzo, los alumnos de Enseñanza Media están haciendo uso de juegos de mesa, en lugar de privilegiar el uso del teléfono celular?

Así es; algo que se veía tan difícil, está resultando una grata revelación.

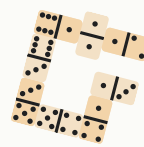
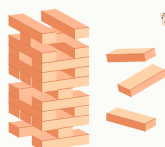
Los alumnos de 3ro y 4to Medio se están acostumbrando a relacionarse a partir de juegos como el Dominó, Naipes ("Escoba", "Carioca", ...), Ludo, Juego de Bloques, etc....

Gran parte de estos juegos fueron **donados por el Centro de Padres** en colaboración con las Directivas de Padres de los Cursos, y se están constituyendo en un gran aporte para nuestros Estudiantes. Los más pequeños se han visto beneficiados con Cuerdas (para saltar), pelotas de espuma y Aros.



Esto nos está demostrando que podemos cambiar la práctica de buscar y ensimismarnos con el teléfono celular, y comenzar a compartir de manera real y presente.

Es sabido que un gran factor de desarrollo socioafectivo tiene relación con la capacidad de socializar adecuadamente, por lo tanto, es importante que fomentemos que nuestros(as) Estudiantes puedan compartir entre ellos(as) y aprendan a resolver sus conflictos y/o diferencias de manera sana.



A Convivir se aprendeconviviendo!!

...para tener en cuenta!!

Protocolos Aperturados

Durante este segundo semestre, se han aperturado 4 Protocolos: uno en 6° básico, uno en III Medio y dos en II medio.

Desde Convivencia Escolar se está citando a los Apoderados(as) de aquellos(as) Estudiantes que presentan Atrasos de Ingreso reiterados, Uso de Celular durante la Jornada Escolar, y aquellos casos de alumnos(as) que se presentan sin su uniforme institucional.

Necesitamos la ayuda desde las Familias para que no se den estas situaciones, que muchas veces nos hacen perder energía en aspectos que deberían estar logrados, y que nuestro Reglamento establece con claridad.

Durante el mes de Septiembre, el **IV Medio de nuestro Colegio** dio inicio al Plan de Autonomía y al Plan Intensivo. Estos Planes apuntan a fortalecer los aprendizajes de nuestros(as) Estudiantes, permitiendo que un grupo de ellos(as) pueda realizar su trabajo académico de acuerdo a sus propios intereses y ritmos. De esta manera, se confía en su Autonomía y responsabilidad para autogestionar sus Estudios. Paralelamente, sus compañeros(as) profundizarán el trabajo diferenciado. Con esta Iniciativa, nuestros(as) jóvenes ya comienzan a dar sus últimos pasos en el Colegio, por lo que necesitan recibir todo nuestro apoyo y aliento. Vamos con todo muchachos(as)!!!

RECUERDE QUE:

El Colegio Pucón es un **Espacio Libre de Teléfonos Celulares**, esto significa que todos los integrantes de la Comunidad Educativa debemos respetar esta disposición y fomentar los encuentros sociales de verdad.

¿Cómo va la conducta en la sala de clases?)

Ciclo 2 (7° a IV medio) => Menos anotaciones = **7° básico**, con 28

Ciclo 1 (1° a 6° básico) => Menos anotaciones = **3° básico**, con 7

¿Qué necesitamos mejorar?

Debemos tener presente que está prohibido por Ley, que los(as) Estudiantes realicen transacciones que impliquen manipular dinero, por tanto **no está permitido que los(as) Alumnos(as) vendan productos (de ningún tipo) en el Colegio** (salvo aquellos casos autorizados por Dirección con fines de Gira de Estudio). Particularmente en los alumnos(as) de los primeros niveles, se ha dado con bastante frecuencia esta situación. Les pedimos toda la cooperación posible para evitar este problema.



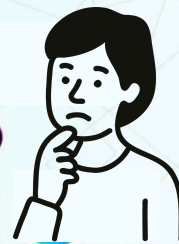
Juegos Deportivos
Escolares - Fútbol

Nuestros jóvenes deportistas participaron en los Juegos Escolares Comunes y resultaron ganadores en la categoría de Fútbol, por lo que clasificaron para jugar en el Regional que se desarrollará en Temuco. **Felicitaciones a nuestros futbolistas!!**



...qué piensas de esto??

Padres con el “síndrome de Doña Florinda”: cuando defender de más perjudica



El “síndrome de Doña Florinda” no es un diagnóstico médico oficial, sino un término coloquial y satírico usado en el ámbito educativo y social. Se inspira en el personaje de Doña Florinda de la serie El Chavo del 8, una madre sobreprotectora, exigente y condescendiente, que constantemente desacredita a los maestros y defiende a su hijo sin importar lo que haga.

¿Qué significa?

Se refiere a la actitud de ciertos padres de familia que:

- Recriminan al docente en lugar de apoyar su autoridad. WMCMF
- Justifican las conductas inadecuadas de sus hijos, atribuyendo la culpa al profesor o al colegio.
- Protegen excesivamente a sus hijos de cualquier consecuencia, incluso cuando estos son responsables.
- Muestran una desvalorización de la labor docente.

¿Cómo identificarlo?

Algunos indicadores claros son:

- **Defensa ciega del hijo:** el niño puede tener faltas de conducta o bajo rendimiento, pero el padre siempre lo justifica y traslada la responsabilidad a la escuela.
- **Desacreditación al profesor:** comentarios como “seguro usted no sabe enseñar” o “el problema no es mi hijo, es usted”.
- **Sobreprotección excesiva:** impedir que el hijo enfrente consecuencias naturales de sus actos. WMCMF
- **Victimización del estudiante:** presentar al niño como incomprendido o maltratado, aunque haya evidencias en contra.
- **Choque constante con la escuela:** reclamos repetitivos, amenazas de denuncia o exigencias desmedidas hacia la institución educativa.

Recomendaciones:

El síndrome de Doña Florinda se combate con estrategias claras tanto desde la escuela como desde el hogar, porque no se trata de “culpar” sino de reconstruir la alianza entre padres y docentes. Tenga en cuenta lo siguiente:

- **Respaldo al docente:** la escuela debe apoyar públicamente a los profesores para no debilitar su autoridad.
- **Comunicación clara:** reuniones periódicas y diálogo respetuoso con los padres, mostrando evidencias concretas del comportamiento o rendimiento del alumno.
- **Corresponsabilidad:** recordar a las familias que la educación es compartida; la escuela enseña, pero los valores y la disciplina se refuerzan en casa.
- **Reglas firmes:** normas conocidas y consecuencias claras, sin ceder ante presiones. WMCMF





A Convivir se aprende ...conviviendo!!



A convivir se aprende
La Araucanía

Desafíos en convivencia educativa

- Fortalecer nuestros protocolos de actuación, para que sean más claros, breves, entendibles para todos y todas.
- Socializar con mayor fuerza los comportamientos esperados por nuestros estudiantes, avanzando en la alianza con las familias.
- Lograr establecer un Plan Preventivo para el 2025, aplicando el modelo de Escuela Total.
- Generar un ambiente de seguridad y confianza para los apoderados y apoderadas.

Avances en convivencia educativa

- Sensibilización acerca de la importancia de la Convivencia Educativa en el Colegio. La Comunidad Educativa, hoy entiende que nuestra convivencia está regulada por principios y normas basadas en el respeto y en la inclusión.
- Formación para docentes y asistentes de la educación de parte de los profesionales del equipo de convivencia, en temas relacionados a ésta.
- Definición de criterios de intervención con estudiantes, basados en principios propios de la etapa evolutiva de los estudiantes.

COLEGIO PUCÓN

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE LA ARICA

Convive



FIESTAS PATRIAS

Te Deum



CENTRO DE ESTUDIANTES

Participación en actividades en la comuna.



ELECTIVO

Jornada Ciencias Jurídica y Económicas- IV medio



DEPORTE

Juegos Deportivos Escolares - Football

PROYECTO TRANSVER

We Tripanu