GUIA
Para manejar el Home Office y Homeschooling

GUIA Para manejar el Home Office y Homeschooling

¿Alguna vez imaginaste llevar tu oficina, tus pendientes, tus juntas, tus clientes y todas tus labores del trabajo a casa?... y ahora imagina **llevar a tu niño, sus juguetes, sus tareas y sus clases de la escuela a casa...** ¡Uyyyy! Y aquí no empieza la mejor parte...

Junta todos tus deberes de la oficina, con los deberes de tu niño, los deberes del hogar y ponlos ¡EN UN SOLO LUGAR!... ¡¿Parece imposible no?! Pues no lo es y además de todo estudios demuestran que esta modalidad te hará muuuuy feliz... aquí te contaremos todo al respecto.

Actualmente la **situación por el coronavirus** es crítica, por esto muchas **escuelas y trabajos** han tenido que optar por medidas más estrictas de prevención como es el **Home Office y el Home Schooling.** Y claro, entendemos que cuesta trabajo ponerle buena cara a este mal tiempo... pero **¡no te desanimes!** Aunque no lo creas, **puedes encontrar muchas ventajas de este tiempo con tu familia.**

¿Existen ventajas del Home Office y Homeschooling?

¿Existen ventajas del Home Office y Homeschooling?

Un **estudio de Stanford** confirmó que **las personas que trabajan desde casa son un 13% más productivas que las personas que laboran en oficinas**, está comprobado que trabajar desde casa **reduce el estrés, te hace más responsable y sobre todo ¡más feliz!** Y no solo hay pruebas que avalen el Home office sino también el Homeschooling...

La **psicóloga Nataly Betancur** es una mamá experta en el tema de **Homeschool**, ya que ha educado a su hija Emily en casa desde que es una bebé. En una entrevista habla sobre la cuarentena y resalta las **ventajas del homeschooling**

como son la convivencia familiar, el desarrollo de habilidades autónomas y autodidactas, libertad en tiempos, entre otras. ***(Revista Semana, 2020)***

También la **especialista en Psiquiatría** Infanto Juvenil de la Fundación **(INECO), Andrea Abadi** aseguró que ***"la situación de estar en cuarentena con los chicos en casa puede ser una buena opción para vivenciar cosas que en otro momento no se hacen. Pero también, como uno tiene que trabajar, es fundamental poder dividir los espacios y tiempos para cada uno". (Entremujeres Clarín, 2020).***

¿Lo ves?...ya no suena tan mal cuando lo ves de otra manera...pero **si aún crees que será imposible sobrevivir a esta cuarentena y darle la atención necesaria a tus pequeños sin descuidar el trabajo ni el hogar, a continuación te compartimos 3 tips** que debes tomar en cuenta para lidiar con el Home Office y Homeschooling sin morir en el intento.

3 tips para manejar el Home Office y Homeschooling

1 Establece horarios, espacio y tiempo para ambos

Es importante que nuestros hijos entiendan que **NO son vacaciones**, muchas veces los niños y los adultos solemos asociar nuestra casa al descanso o a fin de semana. **Los niños podrían pensar que si no se levantaron para ir a la escuela es porque no tienen ninguna obligación con sus clases** y por lo tanto pueden pasar todo el día viendo la televisión y comiendo dulces, ambas sabemos... que **el Homeschooling no funciona así.**

Cuando una llega a casa, generalmente cansada de todo el día laboral, en ocasiones todavía llegamos a hacer la comida, ayudar a los niños con su tarea y preparar todo para el día siguiente... una y otra vez. Por supuesto que es difícil realizar una rutina de horarios, agendar tareas para la familia y sobre todo encontrar un espacio para compartir y convivir entre todos.

Pero aunque no lo creas, **puedes aprovechar ese tiempo ahorrado en traslados por las mañanas al trabajo o escuela, para despertar un poco más temprano y realizar una lista de tareas para ti y para tu hijo**. Establece cada tarea de Home Office y en la agenda de tu niño sus labores de Homeschooling, agenda espacios de descanso para ambos, y no olvides fijar horarios para cada actividad sea laboral o de cualquier tipo. **Verás que una agenda facilitará todo el trabajo, porque únicamente tendrás que seguirla.**

2
No todo es trabajo, fija tiempo para actividades recreativas

En muchas ocasiones cuando trabajamos desde casa solemos perder los tiempos, y dejamos de lado todo lo demás. **Simplemente se trata de hacer un balance, ya que comenzaste a escribir una agenda, asegúrate de guardar un espacio para actividades que te den felicidad, a ti y a tu familia.**

Pueden leer juntos, armar rompecabezas, ver una película, jugar un juego de mesa, pintar, dibujar, cuidar el jardín, practicar música, o hacer ejercicio. **Lo importante es realizar una actividad que estimule su mente, su organismo, su creatividad y al mismo tiempo les ayude a liberar estrés de las tareas de la escuela o el trabajo.** Esto ayudará a que vuelvan mucho más concentrados a sus tareas y evitarás tener que estar regañando a tu hijo cada 5 minutos porque no te deja concentrarte en **tu tiempo de Home Office.**

Así es, **recalcamos tú tiempo de Home Office**, porque no todo es estar sentada frente a la computadora o atendiendo llamadas, **recuerda que a pesar de estar en tu casa existe un tiempo para todo. Y si, el tomarte un tiempo para convivir con tu familia también es importante,** más en estas ocasiones ya que el home office y homeschooling suele poner un poco tenso el ambiente familiar cuando no se establece orden y tiempos para cada actividad y para cada miembro de la familia.

3 Recuerda fomentar la responsabilidad y hábitos saludables

Aquí entre nos... **¿Alguna vez te ha pasado que tu niño suele portarse mejor en la escuela que en tu casa?** No te avergüences, es algo que nos pasa a todas y no es más que por el simple hecho de que en la escuela se establecen **horarios, tareas y normas** que desde el inicio se enseña a los niños para poder adaptarse a ellas.

No será nada fácil, nuestros niños son tan listos y nos conocen tan bien que saben exactamente *de qué pie cojeamos* cada una de nosotras. Por eso, es que esta **es una oportunidad perfecta para reforzar los lazos de responsabilidad, disciplina y hábitos saludables.** ¿Cómo? Pues muy fácil, pueden comenzar con el hábito de despertar temprano, meterse a bañar, tender la cama y desayunar.

Suena como algo que hacemos todos los días, pero en tiempos de **Home Office y Homeschooling** son hábitos que suelen perderse. Tu niño debe de entender que aunque físicamente no vaya a la escuela ni tú físicamente asistas al trabajo, **el repetir los hábitos que realizamos en nuestro día a día, programa a nuestro cerebro a concentrarse y prepararse para un día escolar o laboral.**

De aquí puedes seguir con **hábitos saludables y tareas del hogar que trabajen su responsabilidad** como son; limpiar los trastes, separar la basura, ordenar sus juguetes o elegir juguetes para donación. **Tienes la oportunidad de verificar sus horas de comida y sobre todo darle alimentos saludables**, además aunque no puedan salir al parque, **puedes hacer ejercicio con tu hijo a través del baile, saltar la cuerda o jugar al fútbol en tu patio trasero.**

La clave es medir los tiempos y duraciones de cada actividad, hoy en día encuentras en internet mucho **material didáctico o educativo para tus niños, no solo audiovisual sino también de recortes, juegos y más**. Recuerda que **todo en exceso es malo**, déjalo ver su caricatura favorita un rato pero tampoco dejes que pase horas sentado

frente al televisor, porque sin duda **arruinará todo tu día planeado y dificultará que tu niño quiera realizar otras tareas.**

No te agobies esto no se logrará de la noche a la mañana, es completamente normal. Al igual que cualquier hábito, **toma tiempo pero verás que mientras más apliques estos consejos en tu vida personal y de Home Office, será mucho más fácil comenzar a establecer estos hábitos en tus hijos y en su Homeschooling**. Comienza por cosas pequeñas, poco a poco podrás ver los resultados y créeme para cuando acabe la cuarentena te será imposible soltarte de estos hábitos.

De esta forma tu hijo poco a poco entenderá que el hecho de que papá y mamá estén en casa no significa que puedan jugar sino que tienen responsabilidades de trabajar, así como él tiene responsabilidades de estudiar. Después de estas responsabilidades habrá oportunidad de jugar y convivir en familia. Aprovecha esta oportunidad para disfrutar más de tus hijos, valorar tus actividades laborales y darte un espacio para ti misma.

Si quieres saber un poco más sobre cómo los especialistas trabajan en la formación de tus hijos, a través de nuestros valores, actividades recreativas y aprendizaje bicultural de enseñanza integral, mixta, laica y siempre a la vanguardia de la tecnología . **Visita nuestro Modelo Educativo Washington 2020, brindando una educación con amor y alegría.**

MODELO EDUCATIVO WASHINGTON

T. (442) 161 25 25