



Compromiso Parental 1° a 4° medio

Los y las adolescentes tendrán un mayor bienestar y mejores resultados educativos, mientras más decidido sea el apoyo de sus padres y apoderados a su educación y vida social. Es muy importante que los padres y apoderados, conozcan a los profesores y a otros apoderados para promover estilos de vida saludable en conjunto. Cuando esto ocurre se hace más fácil resolver las dificultades u otros problemas que puedan aparecer en la vida escolar.

El Compromiso Parental busca ser una ayuda para la crianza y el bienestar de los y las adolescentes, ya que destaca puntos importantes para su cuidado en esta importante etapa de la vida.

Recomendaciones para promover el bienestar del adolescente a su cuidado:

1. Asegure que duerma las horas necesarias para obtener un buen descanso nocturno
2. Converse diariamente sobre cómo estuvo su día en el colegio y en su tiempo libre
3. Ayúdelo (a), cuando lo requiera, a hacer sus tareas. Asegure un ambiente físico y emocional acogedor para sus estudios
4. Pase tiempo con él/ella, comparta actividades recreativas, deportivas y artísticas
5. Promueva la confianza en sí mismo (a)
6. Promueva el respeto y empatía hacia otras personas
7. Enséñele que todas las personas somos diferentes y tenemos igualdad de Derechos

8. Conozca a sus amigos y compañeros de curso, contacte y comuníquese con los otros padres o apoderados
9. Informe al colegio, si existe la sospecha de que un adolescente está siendo víctima de agresión y/o es agresor
10. Acompañe y modere el uso de pantallas y nuevas tecnologías, estableciendo normas específicas de uso
11. No compre ni ofrezca tabaco, alcohol u otras drogas a su adolescente ni a cualquier menor de edad
12. Asegúrese de que las fiestas sean supervisadas por un adulto y no permita a los y las adolescentes usar tabaco, alcohol u otras sustancias en su casa.