



ESCUELA DE PADRES

**CÁTEDRA DE
LA
FELICIDAD**



LICEO SANTA BERNARDITA

“Educamos para el ser, saber y saber hacer”

¿QUÉ ES LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?



El **Liceo Santa Bernardita** tiene un compromiso no sólo con la educación de los estudiantes, sino también, con su formación integral; por ello, desde el año 2018 ha vinculado al área de ética, una propuesta innovadora a nivel nacional y mundial, llamada: **la catedra de la felicidad.**

PARTIMOS DE LA IDEA SER FELICES ES SER EXITOSOS



Quando fui a la escuela, me preguntaron qué quería ser cuando fuera grande, escribí feliz. Me dijeron que yo no entendía la pregunta. Les dije que no entendían la vida

(John Lennon)

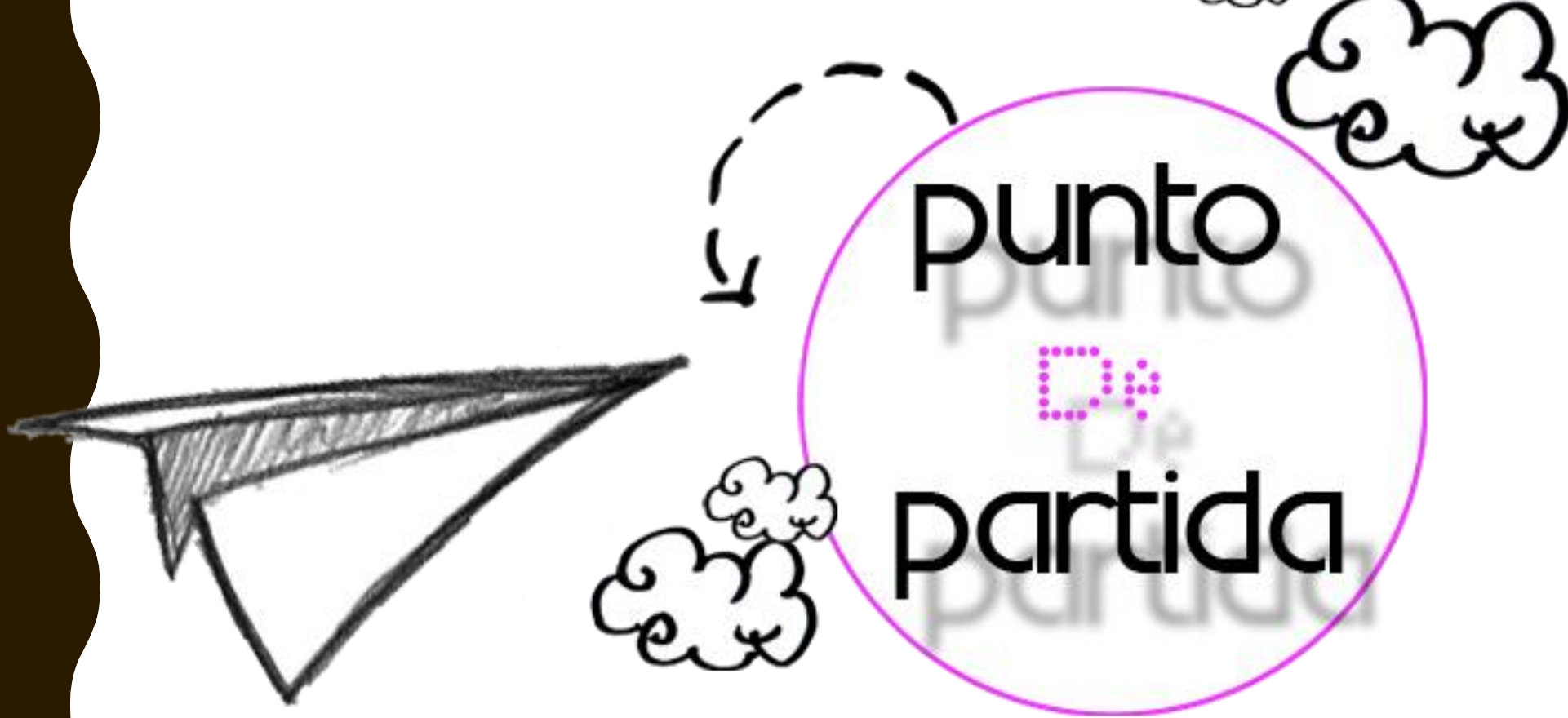
akifrases.com

¿POR QUÉ ES NECESARIO?

El mal manejo de la tecnología y las redes sociales han jugado un papel muy negativo en la influencia que ha tenido este falso concepto de felicidad.

Así pues, en esta época, donde el estrés, la ansiedad y la depresión adolescente son preocupantes fenómenos en ascenso, se hace necesario pensar en estrategias que ayuden a los niños y jóvenes a hacerle frente desde una perspectiva reflexiva y más estructurada.





- Felicidad, ese estado de plenitud y equilibrio que todo ser humano anhela como ideal de realización y bienestar y que combina una justa proporción entre lo que se es, lo que se tiene y a lo que se aspira, es y será siempre uno de los temas motores de nuestra existencia.

EL OBJETIVO DE LA CATEDRA PERMITE A LOS ESTUDIANTES:

Expresar sus sentimientos y emociones

Aprender a conocerse

Respetarse y respetar a los otros



Aprender a trabajar en equipo

Amarse

Tener empatía por ellos mismos y por los demás

Reflexionar ante situaciones específicas de la vida



LA FAMILIA, LA PRIMERA FUENTE DE FELICIDAD:

“TENER UNA INFANCIA AMOROSA, PREDICE FELICIDAD EN LA VIDA”



Así que...aprovecha cada momento que tienes para demostrarles a los tuyos cuánto los quieres por medio de cartas, llamadas o mensajes que demuestren.

LOS PADRES SON LOS ARTISTAS DE FUTUROS APRENDIZAJES

Enseñarles a los niños modales les permite que sean felices socialmente aprendiendo a respetar a los demás

Recuerda decirle a tus hijos cuanto los amas y ellos sabrán que contarán contigo.



Alentar a los hijos a intentarlo unas vez mas y enseñarles a los niños la constancia en las actividades (un proyecto se que empieza se lucha por el y se termina).

Comunicarse de forma asertiva con le permitirá comprender las situaciones y manejarlas de manera exitosa

CON LA VINCULACIÓN DE ESTA CÁTEDRA QUEREMOS LOGRAR:

El gran objetivo es alcanzar la felicidad de los estudiantes. Este anhelo de felicidad se busca de diversas maneras y **equivocadamente**, muchos creen que pueden encontrarla en lo **material** o en la **aceptación social**.

Prevenimos **consumo de sustancias, tendencias en redes sociales, estrés, depresión, manejo inadecuado de las emociones, el cuidado del cuerpo, embarazos no deseados.**

¡ATENCIÓN!

Ser feliz es cuestión de actitud; una familia sana, unida, con disciplina y amor logra hijos sanos y felices.



PARA ELLO SE ABORDARAN 10 TIPS PARA LA FELICIDAD

- La felicidad es todo un estilo de vida pues asumirla desde el cuidado de si mismo y de los demás, enfrentando las situaciones con buena actitud, transformado nuestra propia realidad, nos permitirá sentirnos mas felices con nuestra vida . Para ello expondremos 10 herramientas que serán de gran ayuda al momento de llevar a cabo nuestro nuevo estilo de vida.



10 TIP´S PARA LA FELICIDAD

1. Alimentarse bien
2. Saber gastar
3. Llenar la mente de cosas positivas
4. Compartir tiempo en familia
5. Asertividad en la relación con otros
6. Cuidarse físicamente-sacar tiempo para uno mismo
7. Agradecimiento por todo lo que se tiene
8. Superar las dificultades
9. Buscar un propósito en la vida que no sea material
10. Hacer ejercicio en familia.



VAMOS A VER EL SIGUIENTE VIDEO

- https://www.youtube.com/watch?v=je6v3_JWk68&t=8s

ACTIVIDAD

Desarrollar las siguientes actividades en el cuaderno de ética para calificación

Preescolar: desarrollar en el cuaderno enviado.

- 1. Pega una foto en la cual como familia recuerden un momento feliz y realiza la descripción.**
- 2. Después de ver el video, ¿Qué agradece de su vida y de su familia?.**
- 3. Reflexiona y responde en familia: Enumera 4 aspectos que de manera común, como familia, los hace felices.**



Siguiente destino

La felicidad

Gracias