



INSTITUTO GESTALT

DIRECCIÓN GENERAL

Morelia, Michoacán a 1 de julio de 2020.

Asunto: Convocatoria de Becas “Familias Integrales”.

Estimados Padres de Familia:

Enviándoles un cordial saludo, esperamos que ustedes y toda su familia se encuentren muy bien, sobre todo de salud. Les tenemos excelentes noticias: durante el tiempo de contingencia, el Instituto ha implementado diversas acciones para satisfacer y sufragar, en cierta medida, los cambios a los que como comunidad Gestalt nos estamos enfrentando por la pandemia. Sabemos que han surgido muchos retos y queremos brindarles herramientas para superarlos. Por lo anterior, ponemos a su disposición **cuatro herramientas**:

1. **Podcast** de Charla para mamás y papás.
2. **Cápsulas de Desarrollo Humano** sobre autoestima, comunicación, ideas irracionales, etc.
3. **Sesiones virtuales de ZhìNèng QiGōng**.
4. **Sesiones de actividad física** para ustedes y sus hijos.

Ver Anexos al final del documento donde está el acceso a todo el material.

Hemos visto muy buena participación de algunos Padres de Familia. Sin embargo, nos gustaría que el resto de la comunidad también pueda aprovechar estos materiales cuya finalidad es ofrecer una oportunidad de crecimiento y fortalecer los vínculos familiares. Debido a esto, **otorgaremos becas para el ciclo escolar 2020-2021 a las familias con participación sobresaliente** en las diferentes dinámicas.

Mecánica de la Convocatoria de Becas “Familias Integrales”.

1. Se ofrecerá 1 de las siguientes **becas a los ganadores: 10%, 15%, 20%**.
 - a. 1 beca de 20%
 - b. 2 becas de 15%.
 - c. 5 becas de 10%.
2. Las becas serán aplicables en el **ciclo escolar 2020-2021** para un hijo. En el caso de que ya tenga beca, se suma al porcentaje ganado.
3. Para participar, es necesario demostrar a través de un **ensayo o crónica**, el conocimiento y aprendizaje que han adquirido con el material del listado previo (podcast, cápsulas de desarrollo humano, sesiones de ZhìNèng QiGōng y sesiones de actividad física). **Indicaciones para construir el escrito**:
 - a. El texto deberá abordar un tema (como la comunicación, las relaciones interpersonales o algún otro de interés) en el que las **cuatro herramientas sean el eje central**, explicando si han sido una influencia positiva o un factor importante para un cambio favorable en la familia.

- b. Nuestro interés es **conocer experiencias** en las que se haya logrado una **transformación positiva** para compartirlas y generar empatía en la comunidad Gestalt.
- c. Sugerimos la siguiente **estructura**, sin que sea limitativa ni un requisito seguirla al pie de la letra. En cada apartado, proponemos preguntas guía:
 - i. **Introducción.** ¿Quiénes somos? ¿Cómo llegamos a Gestalt? ¿Hay un tema que nos haya interesado en especial?
 - ii. **Planteamiento.** ¿Cuáles son las herramientas utilizadas (visión personal y descriptiva)? ¿Cómo supimos de ellas? ¿Por qué nació nuestro interés? ¿Teníamos un área de oportunidad en la que buscábamos mejorar?
 - iii. **Desarrollo.** ¿Cuál fue nuestra experiencia? ¿Cómo enfrentamos las dificultades? ¿Quiénes son los más entusiastas? ¿Hubo resistencia? ¿Qué esperamos del ejercicio? ¿Cuál fue nuestra evolución respecto a los temas trabajados?
 - iv. **Conclusiones.** ¿Qué logramos? ¿Cuál es nuestra herramienta favorita y por qué? ¿Cuál es la relación de las herramientas? ¿Por qué están relacionadas con nosotros? ¿Somos una mejor familia? ¿Lo recomendamos? ¿Queremos otras herramientas?
4. El ensayo / crónica se debe **enviar al correo:** cruiz@institutogestalt.edu.mx
5. La fecha límite de entrega de los escritos es el **viernes 31 de julio de 2020**.
6. Revisaremos con cuidado el ensayo que cada familia envíe y los ganadores se darán a conocer el **lunes 17 de agosto de 2020** a través de nuestra página Institucional y redes sociales.
7. El jurado calificador contará con miembros destacados de la comunidad Gestalt que no conocerán los nombres de los participantes.
8. Los **aspectos que se evaluarán** son los siguientes:
 - a. Estructura (coherencia y cohesión del texto).
 - b. Información concisa, correcta y clara.
 - c. Descripción y mención de todas las herramientas.
 - d. Comparten experiencias y aplican las herramientas con todos los miembros de la familia.
 - e. Conclusiones.
9. La decisión que tomemos estará basada en el compromiso que tenemos con todos ustedes, con base en la filosofía que profesamos y nuestros más altos valores.
10. Para poder sensibilizar a nuestra comunidad con los casos de éxito y superación, los ganadores tendrán el compromiso de grabar una cápsula en video o audio para las redes sociales del Instituto con la lectura de algún fragmento del ensayo o crónica.

En espera de que esta medida sea de utilidad y beneficio, nos despedimos esperando que ustedes y su familia sigan gozando de salud.

ATENTAMENTE

DIRECCIÓN GENERAL

Anexo 1. Acceso a las cuatro herramientas.

1. Podcast de Charla para mamás y papás.

Ligas:

<https://soundcloud.com/instituto-gestalt>

<https://www.institutogestalt.edu.mx/psicologia>

Listado al 1 de julio:

- Charla para Papás - La olla de presión.
- Podcast - El Juicio Humano.
- Podcast - Confianza y Comunicación Familiar PARTE 1.
- Podcast - Confianza y Comunicación Familiar PARTE 2.

2. Cápsulas de Desarrollo Humano.

Liga: <https://www.institutogestalt.edu.mx/psicología>

En la parte inferior de la página se encuentran las cápsulas en el apartado: ¿Quieres saber más?

3. Sesiones virtuales de ZhìNèng QìGōng.

- Sesión 1: https://youtu.be/IK_Gk_5_inU
- Sesión 2: <https://youtu.be/4gpmxKUTRK4>
- Sesión 3: <https://youtu.be/SVwf5HE2wfA>
- Sesión 4: <https://youtu.be/CBZlkxx1Fy0>
- Sesión 5: <https://youtu.be/peI3SRIVqRg>
- Sesión 6: https://youtu.be/LOX5UK7yg_E
- Sesión 7: <https://youtu.be/XghUGIOM0ro>
- Sesión 8: https://youtu.be./G_LymyRVRsw

4. Sesiones de actividad física – Reto Dad

Liga: <https://www.institutogestalt.edu.mx/reto-dad>

NOTA: Continuamos enviando información que consideramos valiosa y a la que podrán acceder también. Favor de mantenerse atentos.