Conclusión

actividad 11 "Hablado el mismo idioma"

Se han realizado actividades enfocadas al aspecto socioemocional en los alumnos y con los docentes, desde preguntar en la mañana ¿Cómo estás?, cambiar ciertas actitudes, poniendo en práctica la escucha y asertividad.

Es muy importante gestionar y trabajar las emociones, las cuales vivimos en todo momento, hay que brindar herramientas desde edades tempranas y para ello el apoyo familiar resulta fundamental.

Entre los comentarios en el foro, rescato el tacto, la empatía y la generosidad con la que los estudiantes participaron en la actividad realizada, al describir virtudes en sus compañeros, y a través de los otros identificarse como personas valiosas.

Es importante educar en las emociones, para evitar consecuencias futuras a raíz de no poder identificar las propias emociones, de no saber vivirlas, mediarlas y trabajarlas, actualmente hay índices altos de frustración, ansiedad, problemas mentales, depresión y suicidio.

De las actividades realizadas hasta ahora, han sido útiles, ya que comenzamos a identificar y expresarnos en emociones, a tener mayor seguridad, expresión y autoestima.