

## **PARTICIPACIÓN EN FORO 2**

### **La importancia de educar en emociones**

Las actividades elegidas durante esta semana son:

- El dragón y la tortuga.
- La flor de la empatía
- Y el aula de las palabras amables.

#### **Justificación**

En últimas semanas he observado un aumento en los conflictos entre los educandos, derivados de una comunicación inadecuada entre los integrantes de la comunidad estudiantil. Por lo que considero de suma importancia implementar estrategias y actividades que ayuden a mejorar este aspecto no solo en el aula, sino también en áreas comunes donde las alumnas y alumnos tienen interacción.

Con la actividad de la tortuga y el dragón pretendo que los educandos conozcan las diferencias entre los tipos de comunicación agresiva, pasiva y asertiva, aprendan a identificar diferentes indicadores que para reconocer si están comunicándose de manera asertiva, así como identificarlas en los demás.

La actividad de la flor de la empatía tiene la finalidad de que los educandos conozcan algunas acciones asociadas a personas empáticas, realicen una autoevaluación e identifiquen aquellos aspectos en los que pueden mejorar, también pretendo que puedan mejorar su atención y poner su mente en calma durante la realización de la actividad.

La actividad del aula de las palabras amables la elegí ya que considero importante que las alumnas y alumnos identifiquen en los demás y en ellos mismos aspectos positivos, que se sientan reconocidos y valorados por sus compañeros.

#### **Conclusiones:**

Referente al grupo de Facebook me parece muy interesante las elecciones tomadas para las actividades, ver como cada maestra y maestro adapta las actividades para que sean interesantes para sus alumnas y alumnos, y la manera en que sea aprovecharon los espacios tanto del aula como en exteriores.

Me pareció muy acertada la actividad de la maestra Esmeralda Gutiérrez, considero que es importante que los educandos desde pequeños se familiaricen con conceptos como la meditación, ya que un reto al que yo me enfrento con alumnas y alumnos de tercero de secundaria es que cuando se realizan este tipo de actividades les suele dar pena o les cuesta integrarse.

Como conclusión considero importante integrar este tipo de actividades durante el ciclo escolar, creo que podría verse favorecida la comunidad escolar al mejorar la forma en la que se comunican e interactúan.