

ACTIVIDAD 11 HABLANDO EL MISMO IDIOMA.

QUIERO COMENTAR QUE TENGO UN GRUPO DONDE LAS EMOCIONES ESTAN A FLOR DE PIEL; MIS ALUMNOS SE ENCUENTRAN EN UNA EDAD DONDE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA ES MUY IMPORTANTE; YA QUE DE LO CONTRARIO SE PUEDEN GENERAR CONFLICTOS Y PASAN DE LA FELICIDAD A LA TRISTESA O ENOJO. POR ESO LA IMPORTANCIA DE DESARROLLAR HABILIDADES PARA IDENTIFICAR REACCIONES EMOCIONALES QUE SE EXPRESAN ANTE DIFERENTES SITUACIONES.

LA TOMA DE DECISIONES, TANTO EN LA FAMILIA COMO EN LA ESCUELA Y EN LA COMUNIDAD, IMPLICA HACER USO DE UNA COMUNICACIÓN ASERTIVA CON TODAS LAS PERSONAS. ASI COMO EXPRESARSE CLARA Y LIBREMENTE RESPETANDO LOS DERECHOS DE LOS DEMAS. ES POR ELLO Y DE SUMA IMPORTANCIA TOMAR DECISIONES ASERTIVAS YA QUE ESTAS SALVAGUARDAN LA INTEGRIDAD DE LAS PERSONAS.

SE LLEVO A CABO LA ACTIVIDAD DE “EL AULA DE LAS PALABRAS AMABLES”. PARA QUE LOS ALUMNOS EXPRESEN A OTROS LO QUE OPINAN DE ELLOS MEDIANTE FRASES AMABLES Y POSITIVAS. FUE MUY GRATIFICANTE VER LAS CARAS SONRIENTES DE CADA UNO AL VER LO QUE OTROS OPINAN DE TI Y ESO TE HACE SENTIR VALIOSO Y CREER QUE PUEDES LOGRAR TODO LO QUE TE PROPONGAS.

PRIMERO INCIAMOS CON UNA ACTIVIDAD DE RELAJACION, PERO ELLOS PREFIRIERON ACOSTARSE, PORQUE ASI LO DISFRUTAN MAS COMENTARON.





RECONOCER SUS EMOCIONES Y REACCIONES PARA PODER APRENDER A REGULARLAS ES UNA HABILIDAD QUE LES AYUDARA A ENFRENTAR DIFERENTES SITUACIONES A LO LARGO DE SU VIDA. ES ELLO LA IMPORTANCIA DE APRENDER A COMUNICARSE ASERTIVAMENTE PORQUE GENERA UN AMBIENTE FAVORABLE, DONDE CADA UNO SE SIENTA VALORADO, COMPRENDIDO Y RESPETADO Y POR LO TANTO MOTIVADO PARA EMPRENDER Y LOGRAR TODO LO QUE SE PROPONGA.



