

ACTIVIDAD 11: “HABLANDO EL MISMO IDIOMA”

Con relación a la actividad propuesta en nuestra guía de estudio; “Hablando el mismo idioma”, quiero expresar mi sentimiento primero de sorpresa y después de enorme satisfacción. Sorpresa porque nunca había reflexionado en tantas actividades o acciones que se pueden realizar para crear un ambiente agradable, de tranquilidad, paz y, sobre todo, que hiciera sentir a los alumnos escuchados, queridos y apreciados.

La realidad es que vivimos tan presionados por cumplir con un currículo, tan desesperados porque sentimos que los niños no avanzan, tan preocupados por lo académico que sin darnos cuenta descuidamos esa parte tan fundamental para el aprendizaje: los sentimientos de los alumnos, y ya analizamos en el primer bloque como son de fundamentales los sentimientos en el proceso enseñanza – aprendizaje. Considero que lograr ese delicado equilibrio entre buscar el bienestar emocional sin descuidar ni dejar de atender lo académico requiere de mucho arte, de mucha sabiduría y de una preparación continua. Por esto, me parece una excelente oportunidad la que se nos brinda en este curso tan lleno de herramientas para seguir formándonos y encontrando nuevas formas de trabajo.

En lo que respecta a las acciones propuestas en la actividad 11, quiero primero expresar que todas me parecen geniales y excelentes oportunidades para practicar la empatía, la escucha activa, la tolerancia, el autoconocimiento, etcétera; y sobra decir que dentro de mis planes están el aplicar las más que pueda, incluso hay algunas que ya las practico desde hace tiempo, como por ejemplo el sonreírles a mis alumnos. Desde que llegan al salón los recibo con una gran sonrisa, no fingida, me nace realmente recibirlos así, preguntándoles cómo están, cómo se sienten; si es el lunes, qué tal les fue el fin de semana. Siento con esta pequeña acción logro hacer que mis alumnos se sientan bien recibidos, escuchados, sobre todo eso, pues muchos de ellos se acercan a platicarme si tuvieron alguna situación desagradable durante el fin de semana o si hubo algo diferente en ese tiempo. También he notado que a ellos se les forma el hábito de llegar saludando y sonriendo también, incluso entre ellos. Generalmente al inicio del ciclo, cuando recibo un nuevo grupo suelen llegar sin saludar y muy serios sólo dejan sus cosas y se sientan; entonces, cuando ellos ven cómo yo los recibo, poco a poco comienzan a adoptar esa misma actitud.

Como arriba lo indiqué, esto es algo que yo realizo desde hace tiempo y que me ha permitido observar un cambio de actitud en mis alumnos; pero de las actividades que vienen propuestas, la que elegí para desarrollarla en estos días es la de **tener actos de generosidad que puedan compartir entre ellos, como dibujos, frases u objetos**. A decir verdad, al primer intento no fue tan sencillo como pensaba. Al ser chicos y chicas de sexto en ocasiones se muestran muy renuentes a demostrar sus afectos, así que combiné esta actividad con la de ser agradecidos.

Antes de comenzar realizamos los ejercicios de respiración para recobrar la calma, enseguida les leí las oraciones que vienen en nuestra guía de estudio donde agradecemos hasta por aquello que es tan común para nosotros que pasa desapercibido, como respirar, sentir los latidos de nuestro corazón, etcétera. Acto seguido les pedí que recordaran algunas situaciones ya fueran cotidianas o especiales que hayan pasado y que algún compañero o compañera les haya tendido la mano, o escuchado o los haya hecho sentir bien, aunque sea con una sonrisa. Después de esa pequeña reflexión les solicité que expresaran de alguna manera la gratitud hacia esa persona, como ellos lo quisieran, con un dibujo, unas frases, un dulce o una pequeña carta.

La actividad resultó todo un éxito, algunos incluso hasta lloraron, tanto el que recibía el agradecimiento como el que agradecía.

Esta actividad me hace reflexionar en que debemos practicar la gratitud conscientemente más seguido, comenzando nosotros como adultos, pues somos el ejemplo y guía para los más jóvenes y también me lleva a pensar que debemos concientizar más a nuestros alumnos de lo afortunados que somos al estar rodeados de gente que nos quiere, nos cuida y nos apoya.

En el grupo de Facebook vi que algunos compañeros también realizaron esta misma actividad; llamó mi atención la publicación de un compañero que la realizó de manera diferente: les indicó a sus alumnos que se pegaran una hoja blanca en la espalda y ahí es donde se escribían los mensajes de gratitud o algún mensaje con frases positivas. Me parece una forma excelente de realizar la actividad ya que se fomenta, además de la gratitud, el compañerismo, la empatía, la amistad, los buenos deseos y las buenas relaciones.

Finalmente, estoy convencida que estas actividades marcan un precedente en nuestros alumnos, una nueva forma de comunicarse y de sentirse apreciado. ¡hasta que la dignidad se haga costumbre!