

1. Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Para este módulo 2 realicé con mis alumnos las actividades: **“Cuatro a la vez”** y **“El aula de las palabras amables”**.

ACTIVIDADES PREVIAS

Antes de iniciar ambas actividades hicimos ejercicios de respiración, pues he notado que esto es de gran ayuda para poder enfocar la atención en el momento presente y para que los niños adquieran la disposición para realizar las actividades. También, previo a la realización de “Cuatro a la vez” platicamos sobre las sesiones pasadas, las actividades que realizamos del módulo 1, más específicamente de las emociones. Recordamos por qué es necesario conocernos, nombrar las emociones, distinguirlas y reconocer que situaciones nos detonan determinadas emociones. Enseguida comentamos sobre las diferentes maneras con las que contamos para expresar nuestras emociones, (verbales y no verbales); compartí con ellos lo estudiado en el curso durante este modulo 2 acerca de los elementos tanto de la comunicación verbal (elementos lingüísticos y paralingüísticos), como de la comunicación no verbal (kinésica y proxémica).

Una vez que analizamos esto y que ellos dieron algunos ejemplos de cómo expresan de manera no verbal algunas emociones, procedí entonces a explicarles la dinámica del juego. Por mi parte, tal y como me sucede cada vez que voy a realizar una actividad nueva con mis alumnos, me sentía con temor de que no les fuera a gustar la actividad. También me sentía un poco nerviosa y con un poco de miedo ya que realmente tengo alumnas y alumnos muy poco expresivos y que no les gusta demostrar mucho sus sentimientos.

JUEGO “CUATRO A LA VEZ”

Para realizar la actividad nos trasladamos a una sección del patio escolar; se sentaron todos en círculo y dimos inicio al juego.

Al principio, los alumnos se veían tímidos al expresar con movimientos corporales o con gestos faciales la emoción que querían manifestar; sentían mucho miedo a verse ridículos y a que los demás se burlaran de ellos, pero conforme fue avanzando el juego fueron sintiendo más confianza y se expresaron con más soltura. Los compañeros que eran seleccionados según la cualidad expresada se sentían felices de ser percibidos por los demás como personas alegres, solidarios, deportistas, fuertes, trabajadores, que fueron algunas

de las características que expresaron corporalmente. Esta actividad me hizo sentir a mí muy contenta y satisfecha. Contenta porque se pudo realizar la actividad, pero aún me hizo más feliz ver que mis alumnos se sentían felices de que los demás reconocieran en ellos cualidades y actitudes tan positivas y que no son mencionadas tan a menudo. También me dio mucho gusto ver la participación tan activa y animosa de mis alumnos. Me contagian su energía y su buena vibra.

JUEGO “EL AULA DE LAS PALABRAS AMABLES”

Para esta actividad los alumnos se mostraron desde un primer momento muy motivados y contentos, también lo realizamos en el exterior del salón y me sentí muy contenta de ver que ninguna persona se quedó con la hoja en blanco, todos recibieron comentarios muy agradables, mensajes muy bonitos y positivos. Incluso aquellos alumnos que suelen ser más solitarios y tímidos, o bien, que han tenido dificultades con otros compañeros, se involucraron activamente en la actividad. Esto me hizo sentir muy orgullosa de mis alumnos, reconozco en ellos seres bondadosos y nobles, llenos de amor para dar y compartir, y por lo mismo me sentí yo también rodeada de amor y de buenos sentimientos. Me hizo sentir llena de esperanza, pues en ocasiones ha decaído mi ánimo cuando en el acontecer diario no responden los niños como uno quisiera. Esto renueva mi compromiso con la educación y mi deseo de seguir formándome para lograr ser una mejor docente.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo?

Para empezar, trato de mantener un clima agradable, de confianza y de mucho respeto, donde ellos se sientan escuchados primero por mí y, por supuesto, también por sus compañeros.

Aunado a lo anterior, fomento entre mis alumnos el reconocimiento de las cualidades propias y las de los compañeros, despertando en ellos la consciencia de que todos tenemos cualidades y áreas que debemos mejorar; de lo importante que es para todos el sabernos queridos y reconocidos; incluso, antes de los juegos, comentamos lo difícil que resulta reconocer tanto en nosotros mismos como en los demás las cualidades y ellos expresaron lo mal que los hace sentir el hecho de que la mayoría de los adultos que los rodean se enfoquen solamente en sus defectos o debilidades. Esto me llevó a crear un ambiente más sano y con más tendencia a reconocerse valiosos entre ellos mismos.

Ya en otras ocasiones y con motivo de algunas clases habíamos estudiado lo que es la asertividad, con las actividades de este módulo y que compartí con ellos reforzamos el concepto de comunicación asertiva.

1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?

Hoy mis alumnos reconocen que tan importante es manifestar sus emociones, sus sentimientos, hablarlos y defenderlos, como importante es respetar y validar los sentimientos y emociones de los demás. Saben que mantener una comunicación asertiva les permitirá tener relaciones más sanas con todos quienes les rodean. Reconocen que saber defender sus emociones sin agredir a los demás, sin violentar a los demás, les proporcionará una salud emocional y una paz interior. Considero que tienen claro que, si piden respeto, deben respetar. También hablamos mucho de la **regla de oro** que analizamos en el **video de Víctor Küppers: “Trata a los demás como te gustaría que te traten a ti”**.

De igual manera, analicé con ellos sobre lo importante que es mostrarnos empáticos para lograr ser asertivos, porque no puedo respetar los sentimientos de los demás sino consigo ponerme en el lugar de esa persona, en comprender lo que está sintiendo.

1. Describe para ti las actividades más significativas de este segundo módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

En mi opinión, todas las actividades me resultan importantes y significativas, todas se complementan y nos conducen a una comprensión de lo que es la Educación socioemocional. Hay varias que pongo en práctica, por ejemplo, les recibo siempre con una sonrisa y con un saludo; me preocupo y me ocupo de preguntarles cuando faltan el motivo y cuando ha sido por causa de algún inconveniente familiar le doy seguimiento acercándome a ellos e investigando cómo sigue la situación.

También trato de ser empática con ellos, incluso más con los alumnos que podrían considerarse como “difíciles”. Pienso que esto es fundamental para que justo estos alumnos no se sientan rechazados y evitar que reaccionen con conductas disruptivas.

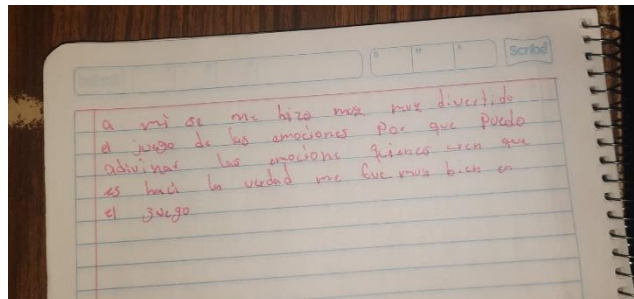
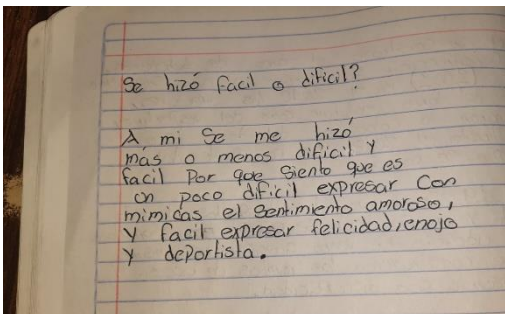
Me gustó mucho el video de Víctor Küppers, pues me hizo reflexionar sobre la importancia de hacer sentir a los demás valorados y en lo generosos que debemos ser los docentes a fin de lograr formar personas sanas emocionalmente hablando.

De igual forma me pareció muy interesante el ejercicio que realizamos en comunidad con mis compañeros de trabajo; aunque no pude realizar el trabajo con todo el personal docente, sí me reuní con varias compañeras y obtuvimos valiosas reflexiones que sin duda nos conducirán a mejorar en mucho nuestra práctica docente.

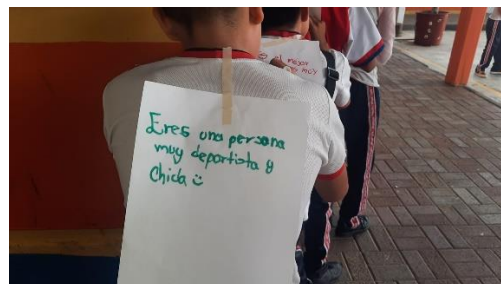
Una última actividad que me impactó mucho fue el video: “Los hijos son el reflejo de los padres”, pues me hizo reflexionar acerca de cuántas veces he llamado a los padres de familia

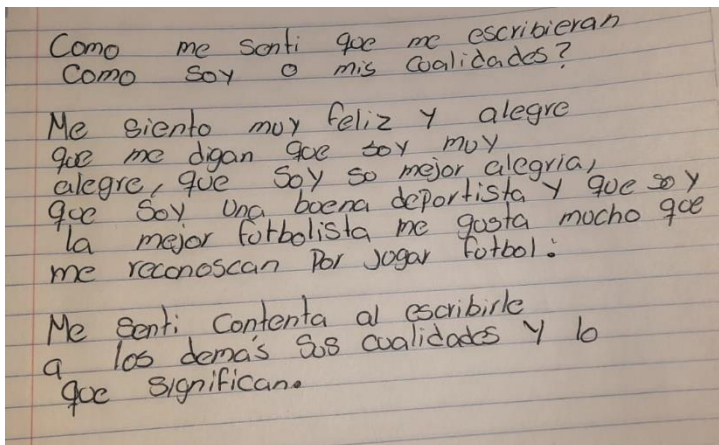
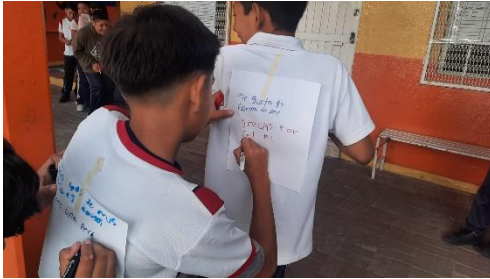
para felicitarlos o darles buenas noticias. Esta reflexión me invita a cambiar este aspecto en mi praxis y trataré en adelante, de no sólo citar a los padres cuando haya algún problema, sino también cuando sus hijos sean merecedores de un reconocimiento.

2. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



Estas imágenes corresponden a la actividad Cuatro a la vez. En las imágenes superiores se muestra a los alumnos en pleno juego, mientras que en las de la parte inferior se muestran algunas de las reflexiones que hicieron los niños al finalizar el juego.





En este grupo de imágenes podemos apreciar a los alumnos durante la actividad: “El aula de las palabras amables”. En las primeras tres se puede observar a los alumnos escribiendo mensajes positivos a sus compañeros. En la cuarta fotografía aparecen los alumnos leyendo sus hojas con los mensajes escritos; la última fotografía corresponde a una de las tantas reflexiones de los alumnos.

Rúbrica PTP 2

Instrumento para evaluar PTP del módulo 2					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.					
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.					
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.					
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					