

HABLANDO EL MISMO IDIOMA

Acciones emprendidas para mejorar conflictos o situaciones de manera más afectiva y asertiva en mi grupo de primer grado en la escuela primaria "Presa de la Soledad".

Practicando la calma.

Esta estrategia la realizamos en el grupo haciendo la respiración siguiendo las indicaciones en el video, una vez realizando el ejercicio les solicito a los alumnos mencionar, además les pido a los alumnos mencionen cómo sienten su cuerpo al realizar la actividad. Siempre mencionan que se sienten tranquilos, en paz, en calma. Además, les solicité representar la calma con un color. Diariamente realizamos esta actividad de ponernos en calma en los momentos que se requiera, normalmente son dos o tres veces al día.



Sonreír más y relajar el cuerpo.

Para realizar esta estrategia destino unos cuantos minutos ya sea para colorear, cantar, bailar o jugar. Es tiempo que los alumnos disfrutan mucho y una vez terminada la actividad se nota la participación y la dedicación para la realización de actividades.



Elogiar a los estudiantes.

Constantemente estoy elogiando de manera verbal a los niños y a las niñas, desde que les doy la bienvenida y durante la realización de trabajo además de motivar les reconozco sus esfuerzos para realizar sus actividades de la mejor manera posible.

Practicar la escucha.

Los alumnos ya saben perfectamente en qué consiste la escucha activa pues varias veces durante la jornada escolar la ponemos en práctica, principalmente cuando hacemos plenarios donde hacen comentarios para compartir con los demás. Ellos saben que para la escucha activa requiere principalmente del corazón, los ojos, los oídos y en silencio.

Para aprender a distinguir con el grupo cuando una comunicación es agresiva, asertiva, pasiva y practicarlo. Primero les proyecté a los alumnos un video, después pedí propicié el análisis de situaciones que pasan en el mismo salón y en la hora de recreo, posteriormente les pedí a los alumnos plasmar en los dibujos los tres tipos de comunicación en algún momento han tenido.

Ahora, cada vez que se presente una situación de conflicto les daré a los alumnos involucrados el dibujo para que plasme el tipo de comunicación que tuvieron y también expresen la comunicación asertiva que debieron tener.



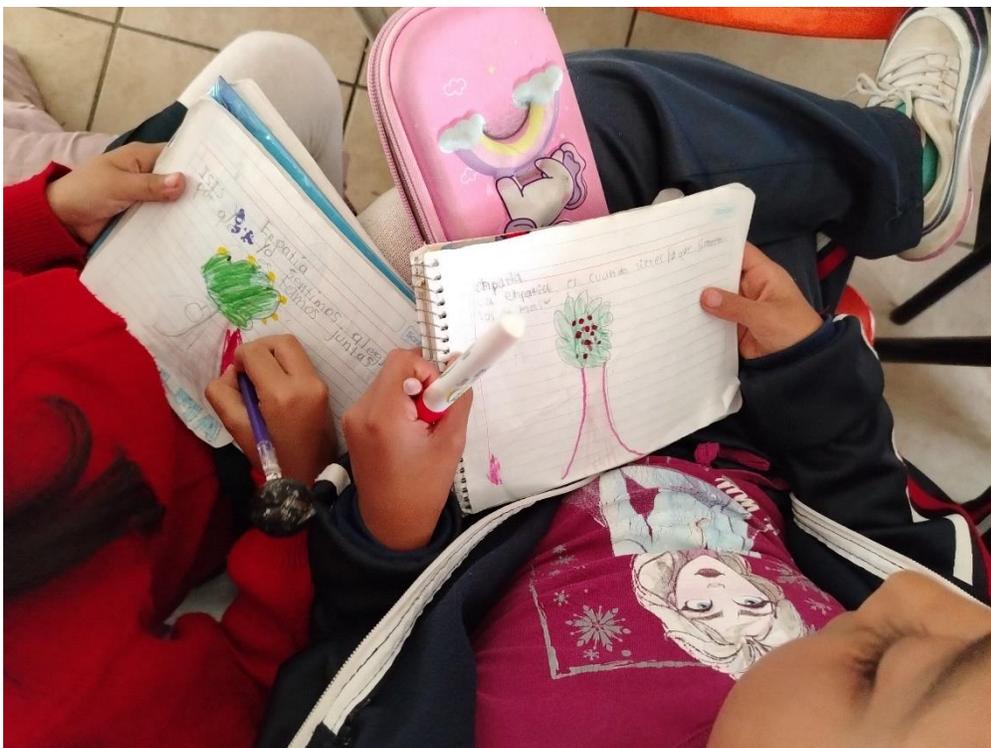
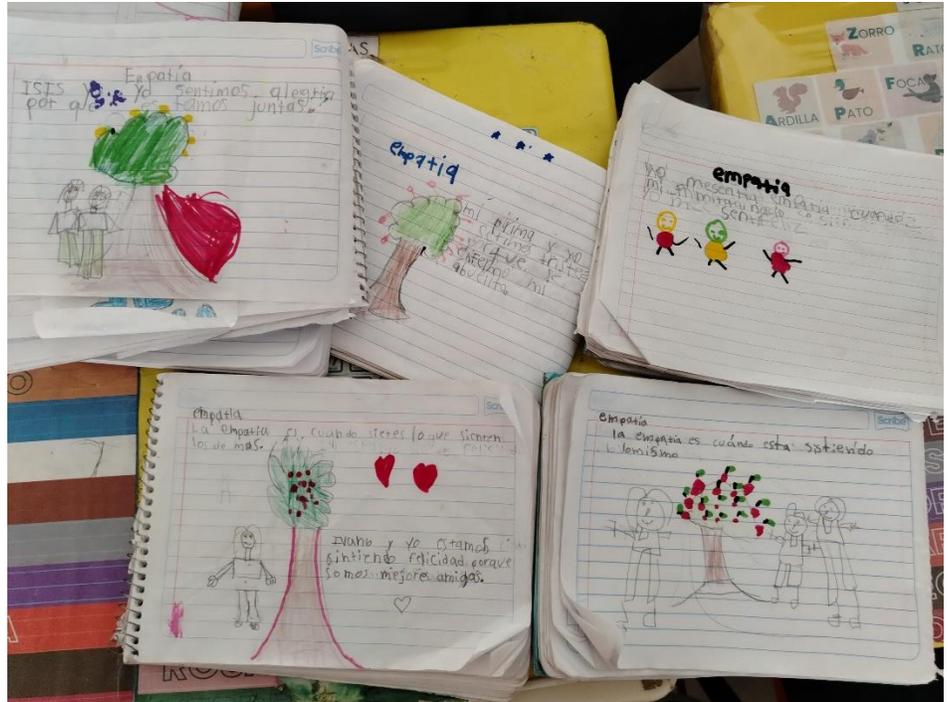
Fomentar la empatía.

Para fomentar la empatía también proyecté a los alumnos dos videos sobre el tema:

<https://www.youtube.com/watch?v=4Hgmfkg-UTk&t=142s> y

<https://www.youtube.com/watch?v=lcMCG5R6c0k>

Al proyectar los videos pedí a los alumnos poner atención en las emociones que expresaban los personajes y les preguntaba ¿Sienten los personajes la misma emoción? Si la respuesta es sí entonces les decía “Eso es empatía”, si la respuesta era no, entonces les decía “No hay empatía”. Luego mencionamos algunos ejemplos de empatía que hemos visto en la escuela para que luego los alumnos plasmaran ejemplos de empatía. Finalmente, también los alumnos colorearon la flor de la empatía donde colorearon en los pétalos las acciones que ponen en práctica para favorecer la empatía.





En conclusión, con lo trabajado con mis alumnos hasta este momento efectivamente sí hablamos el mismo idioma.