

Algunas estrategias que emprendí en el aula o escuela para mantener una comunicación efectiva con mis estudiantes. Mtra. Lucia Herrera D.

1. Compartir retroalimentación de su día a día o de momentos en específico. Uno de mis ritos en mi práctica docente es aprender del error. Cuando ocurre una situación imprevista, primero resuelvo el conflicto y luego lo llevo a análisis y reflexión con el grupo.

Por ejemplo, si Rodrigo corre al recreo y sin querer le tira los útiles a Ian, quien le grita "¡Fíjate, tonto!", intervengo inmediatamente: "Ian, ¿te fijaste si lo hizo a propósito? ¿Crees que es correcto lo que le dijiste? ¿No hay otras palabras que sean más adecuadas? Rodrigo, aunque fue un accidente, debes hacerte responsable de tus actos. ¿Qué le debes decir a Ian? Y ten más cuidado la próxima vez." Ian se disculpa por el insulto y Rodrigo por tirar los útiles.

Al día siguiente, llevo la situación a reflexión sin mencionar nombres, solo los hechos. Les pregunto: "¿Cómo debieron reaccionar? ¿Qué frases o expresiones son las correctas?" A través del análisis de las situaciones y las preguntas, logro que se expresen asertivamente con sus compañeros en situaciones similares que puedan surgir en el futuro.

2. Actos de generosidad (frases): Para mejorar su autoestima y la confianza en sí mismos, repetimos frases positivas en diferentes momentos de la clase, como: "Yo aprendo mucho", "Soy inteligente", "Yo puedo hacer los trabajos", "Si pongo intención, aprendo más", "Soy capaz", "Soy importante", "Me quiero y quiero a mis compañeros", y "Mis papás me quieren y la maestra también". Son alumnos de primero y segundo de primaria. Cuando dicen estas frases, se ponen alegres y la interacción, así como la comunicación con sus compañeros, mejora significativamente.
3. Anticipación: Con los niños que he identificado como más agresivos, cuando preveo una situación en la que podrían usar comunicación agresiva o recurrir a los golpes, intervengo e intento calmarlos. Por ejemplo, un exalumno llamado Luis era muy agresivo, en parte porque su padre también lo es. Cuando notaba que Luis estaba molesto y la conversación con sus compañeros comenzaba a subir de tono, me unía inmediatamente a la plática. Dependiendo del tema, lo hacía sentir cómodo y de manera asertiva le mostraba qué palabras o frases no eran adecuadas. Al final, Luis dejaba de hacer comentarios agresivos y los cambiaba a asertivos y no recurría a los golpes.

4. Sonreír más y relajar el cuerpo: Todos los días les daba la bienvenida en la puerta del salón y los saludaba de la manera que ellos elijan. Hay un tablero donde pueden escoger entre un saludo de manos, un abrazo, un saludo de lejos o un saludo inventado. Otras actividades implícitas en las clases incluyen contextualizar los temas del día con situaciones de su vida cotidiana, lo cual les resulta agradable. Cuando detecto que las actividades han sido pesadas o el clima no ayuda a la concentración, realizo pausas activas. Estas pausas pueden incluir desde movimientos corporales hasta pequeños bailes, dependiendo de la situación. Con estas acciones preveo fomentar alegría y eliminar la irritabilidad, que muchas veces es la causante de comentarios agresivos.

5. Detección de estados de ánimo: Cuando los estudiantes llegan tristes o deprimidos, adapto las clases con actividades que les interesen para intentar mejorar su estado de ánimo. Si están enojados, les doy su espacio por un momento y luego, durante la clase, me tomo un tiempo para escucharlos y dejar que se desahoguen. Si es algo que tiene solución, les ofrezco algunas alternativas, pero muchas veces el desahogo es suficiente. Si observo que se están aburriendo, adapto las clases con dinámicas o actividades más atractivas, como ponerles videos del tema o salir a trabajar fuera del salón. Con los estudiantes tímidos, les pido que participen en temas que sé que dominan. Así se sienten cómodos, participan en la clase y sus compañeros les aplauden, lo que ayuda a reducir su inseguridad. Al mejorar su estado de ánimo, la comunicación que presentan en el aula es asertiva, no agresiva ni pasiva.

6. Elogiar a mis estudiantes es fundamental. Reconozco cada logro o avance en sus aprendizajes, felicitándolos verbalmente por su progreso. A veces lo hago personalmente, en público o mediante algún material didáctico visible. Por ejemplo, con los estudiantes de primer grado utilizo un material con escaleras, donde cada nivel representa un estadio de la lectoescritura: primitivo, presilábico, silábico, silábico-alfabético y alfabético. Cada vez que avanzan de nivel, muevo su figura y, en grupo, les damos un aplauso y los felicitamos por su progreso, motivándolos a seguir avanzando. Los niños se motivan porque quieren llegar al último escalón, y cuando los felicito en público o personalmente, se ponen muy alegres. De hecho, algunas madres me comentan que sus hijos llegan a casa muy contentos porque los felicité con un choque de manos por haber hecho bien las sumas con llevadas, entre otras cosas.

7. Fomentar la empatía: He incorporado muchos videos reflexivos que enseñan sobre la empatía. Regularmente tenemos debates sobre diversas situaciones donde invito a los estudiantes a pensar cómo se sentirían estando en ambos lados y los animo a reflexionar y sentir empatía por sus compañeros. Como resultado, en situaciones que surgen, ellos han aprendido a resolver conflictos mediante el diálogo y la comunicación efectiva.