

## PARTICIPACIÓN EN EL FORO

### “HABLANDO EL MISMO IDIOMA”

Las siguientes estrategias las elegí considerando que el contexto de los estudiantes obstaculiza el logro educativo, pues genera una variada problemática:

Los padres de familia brindan poca atención al aprendizaje de los alumnos, Los padres de familia atienden deficientemente las necesidades básicas de los alumnos (alimentación, dormir ocho horas diarias, aseo, revisión de tareas, puntualidad, asistencia regular...). Al permanecer la mayor parte del día sin la vigilancia de los padres de familia, los alumnos son presa fácil de redes sociales y vandalismo.

De aquí decidí que para lograr una comunicación efectiva se tiene que considerar:

Fomentar la empatía hacia los estudiantes y entre ellos/as, Practicar la escucha, Mantener la calma, Detección del estado de ánimo de los estudiantes.

De igual manera, al realizar estas acciones se busca fomentar el mutuo respeto, la convivencia sana y la comunicación asertiva en el grupo, realmente como docente debo estar capacitada, y dispuesta a generar cambios, proactivos. Ofreciendo a mis alumnos orientaciones para lograr resultados asertivos y herramientas que enseñen a tener una actitud de amabilidad, porque los estudiantes se encuentran en una sociedad en la que les hace falta cariño y tiempo por parte de sus padres.

Como adultos nos hace falta revindicar afecto, escucha, agradecimiento, honestidad y alegría para lograr bastante con estos chicos de aquí la importancia de que decidí trabajar con ellos:

- Establecí una relación positiva basada en el respeto con cada uno de los alumnos.
- Fomente la confianza en las posibilidades de sus compañeras y compañeros de grupo.
- Se brindo la confianza de hablar desde su experiencia, evitando imponer puntos de vista.
- Logre explicar cualquier duda que surgía durante las actividades.
- Se logro respetar todas las intervenciones de las y los participantes y se evitó hacer comentarios o gestos que desaprobaban la participación.
- Se promovió que todas y todos (incluyéndome) habláramos en primera persona del singular: “Yo creo”, “yo siento”, “yo pienso”, “yo necesito”, esto es necesario para fomentar la responsabilidad.
- Es muy importante mirar a los ojos a la persona a la que nos dirigimos.
- Promoví la participación sin forzar a nadie.
- Construí junto con los participantes un ambiente que permitió el desarrollo de la confianza, autoestima y la capacidad de resolución de problemas; una forma de lograrlo es haciendo pautas de convivencia.
- Promoví que cada queja o inconformidad viniera acompañada de una sugerencia.
- Recibí cualquier expresión de sentimientos y emociones: llanto, enojo, queja, tristeza, etc.

Lo anterior se logró por medio de tres diferentes dinámicas:

**PRIMERA ACTIVIDAD: Aguado Aguado** con objetivo de Identificar la importancia del trabajo cooperativo dentro de un grupo de crecimiento por medio de una actividad motriz.

SEGUNDA ACTIVIDAD: **¿Claro y directo?** Con el objetivo de Reflexionar sobre la importancia de la comunicación asertiva.

TERCER ACTIVIDAD: **La tristeza y la furia** con el objetivo de reflexionar sobre la violencia y sus consecuencias por medio de una narración.

Considero que los estudiantes se sienten seguros y cómodos ante estas actividades la comunicación entre ellos ha ido fluyendo de manera clara y directa porque han podido expresar lo que piensan y sienten de manera oportuna, con fuerza, sin rodeos y sin agredir a otros.

De esta manera, dan a conocer su opinión y expresan sus sentimientos. Para lograr que el mensaje que quieren comunicar sea claro y directo, necesitan expresar lo mismo con las palabras, la mirada, los gestos y el tono de voz.

Por ejemplo, cuando alguien nos lastima necesitamos expresar nuestro malestar, usando pocas palabras y correctas; en este caso tendrían que ser serias, mirando directamente a los ojos de la persona que nos lastimó, evitando sonreír y agachar la cabeza.

La expresión de una comunicación asertiva se facilita o se dificulta de acuerdo con el tipo de autoestima que tengamos. Si la hemos practicado o no, y si la sociedad donde vivimos la favorece o la obstaculiza.

Concordando con mis compañeros talleristas considero que algunas pautas que son útiles para comunicarnos asertivamente y que al mismo tiempo no ofenden a los demás son:

- Comunicarnos con firmeza, pero con tranquilidad, no tartamudear ni hacer silencios muy largos.
- Buscar el momento oportuno para hablar.
- Hablar solamente de lo que realmente nos preocupa.
- Mirar a los ojos a la persona con la que estamos hablando
- Aprender a escuchar y pedir ser escuchados ya que es la única manera de llegar a un acuerdo. Todo esto es útil para: Decir lo que pensamos, Saber decir sí o no, Defender nuestros derechos, tomar decisiones y comunicarlas claramente.
- Negociar. Podemos ser fuertes sin ser agresivos; amables sin ser débiles; humildes sin ser tímidos; valientes sin ser violentos; agradecidos sin ser serviles.

Esto para mi es valioso y decido **No** perder nunca la esperanza, el ánimo y seguir educando a mis alumnos como si fueran mis hijos.