

ACTIVIDAD 16 PARTICIPACION EN EL FORO

Con mis alumnos practico la escucha, estrategias de relajación para manejar los conflictos.

Cuando se presentan situaciones de conflictos entre mis estudiantes, dialogo con ellos en privado, yo actuó como mediador, por turnos cada alumno comparte su versión de los hechos, aclarando que cada uno tendrá su turno para hablar y no deben interrumpir al compañero, después de analizar la situación les hago saber y ver que en esta vida no debemos desgastarnos por situaciones que no nos llevan por buen camino, que hay que vivir y disfrutar el presente, vivir en el pasado y el futuro nos enferma. De acuerdo con la situación dada les pido a cada uno ponerse en el lugar del otro para que se imaginen que sintió la otra persona. y los cuestiono que compartan si consideran que han generado un sentimiento agradable entre sus compañeros. De esta manera trabajo la empatía.

Al final siempre solicito que el ofensor pida una disculpa al ofendido y que todo quede atrás y superado. Depende de lo grande de la situación si se considera mando llamar a sus papás.

Dentro de mi aula me gusta trabajar con mis alumnos actividades socioemocionales donde ellos puedan expresar y canalizar sus emociones, les comparto que tienen derecho a vivir todas y cada una de las emociones positivas y negativas. Lo que no está permitido es permanecer en las negativas y afectar a otras personas y su presente.

Hace un tiempo me resultaba difícil trabajar las actividades emocionales con mis alumnos, yo pase por algo muy fuerte todo un proceso de enfermedad de cáncer y fallecimiento de mi esposo, esto no me permitía poderme abrir con mis alumnos y poder ayudarles a

librar sus batallas, ya que yo me encontraba luchando con mis propias batallas. En estos momentos agradezco todo lo que tengo bueno y no tan bueno, de las malas experiencias vividas he aprendido y me siento fuerte para poder orientar y ayudar a mis alumnos. Estoy muy de acuerdo con la frase “Nadie da lo que no tiene” por qué lo viví.