

FORO 2

La siguiente es una **lista de estrategias** para mantener una comunicación efectiva con tus estudiantes y para la transformación de conflictos.

Mantener la calma: Siempre que llego al salón, cuento del 1 al 5 para comenzar mi clase. Los alumnos, automáticamente, se dirigen a sus lugares. En caso de disputas, me coloco junto a los estudiantes en conflicto, contamos juntos y les pido que se den un tiempo para respirar y luego expresar sus sentimientos de manera clara. Esta técnica permite que se calmen y se sientan escuchados sin ser juzgados.

Tiempo de acusación: He designado una hora diaria de mi jornada escolar para atender y escuchar a los estudiantes en un espacio específico conocido como "mi puerta abierta". Esta oficinita pequeña debajo de las escaleras se ha convertido en un lugar donde los estudiantes pueden esperar su turno pacientemente para resolver sus quejas o preocupaciones. Saben que tienen un tiempo dedicado para ser escuchados, lo que reduce la ansiedad y mejora la comunicación.

Elogiar a tus estudiantes: Constantemente elogio a mis estudiantes tanto en el aula como en otros espacios de la comunidad escolar. Comentarios como "¡Qué bonito te quedó!" o "¡Mira qué bien lo has hecho!" refuerzan sus habilidades y aptitudes, fomentando un ambiente positivo y motivador.

Designar señales: Junto con los alumnos, hemos creado señales para representar acciones como el silencio o la calma. Contar del 1 al 5 ha sido una señal efectiva que usamos para mantener el orden y la tranquilidad en el aula.

Compartir retroalimentación: Al finalizar cada sesión de trabajo, utilizamos la estrategia SAS (Saber, Aprender y Seguir). Les pregunto a los alumnos qué sabían antes, qué aprendieron durante la sesión y qué quieren seguir investigando por su cuenta. Esto se hace de manera voluntaria y asignada, promoviendo la reflexión y el aprendizaje continuo.

Las opiniones de mis compañeros en el grupo de Facebook y en las sesiones virtuales me han servido para reflexionar sobre otras estrategias que puedo llevar a cabo. Por ejemplo, algunos han compartido cómo utilizan técnicas de mindfulness y meditación breve al inicio y final de cada clase para centrar a los alumnos y reducir el estrés. Otros mencionaron la implementación de proyectos colaborativos que no solo abordan el currículo académico, sino también el desarrollo de habilidades socioemocionales. Estas ideas me han inspirado a integrar nuevas prácticas en mi aula, como sesiones semanales de meditación guiada y proyectos de servicio comunitario que promuevan la empatía y el trabajo en equipo. A través de esta colaboración en el foro, he aprendido que compartir y adoptar diversas estrategias puede enriquecer nuestra práctica docente y fortalecer el entorno socioemocional de nuestras escuelas. Estoy comprometida a seguir implementando y adaptando estas técnicas para crear un ambiente educativo más positivo y eficaz.