

## Taller “La autonomía emocional para la profesionalización docente” “Foro” del Campus virtual

### HABLANDO EL MISMO IDIOMA



Personal de la escuela primaria Rafael Ramírez de la comunidad de Puentecillas, Guanajuato. Actualmente logramos una convivencia de respeto, comunicación asertiva y trabajo colaborativo. Gracias a la preparación en educación socioemocional e identificar la comunicación agresiva, pasiva para convertir en asertiva. Una actividad que estamos practicando es sonreír más y el cuerpo relajado ya que nos enfocamos al trabajo y nos olvidamos de una convivencia armónica de serenidad y de diversión. En los consejos técnicos aplicamos la escucha en cada participación de los compañeros retroalimentando la aportación de manera respetuosa y sin juicios de valor.

Cada maestro en su aula comparte las actividades que se aplican en los CTE de educación socioemocional.

En mi grupo practicamos el silencio consciente para promover espacios de relajación, calma y el autoconocimiento





Realizamos ejercicios de respiración en tiempos, manteniendo la calma.