

## ACTIVIDAD 11. HABLANDO EL MISMO IDIOMA

En esta ocasión las estrategias y acciones para trabajar en el grupo son:

- Mantener la calma.
- Elogiar a tus estudiantes
- Compartir retroalimentación de su día a día o de momentos específicos.
- Detección de los estados de ánimo del alumnado.
- Sonreír más y relajar el cuerpo.
- Agradecer los momentos, el día o las situaciones compartida a su grupo.
- Practicar la escucha.
- Fomentar la empatía hacia los estudiantes y entre ellos/as.
- Aprender a distinguir con el grupo cuando una comunicación es agresiva, pasiva y asertiva y practicarlo.

En este trabajo comenzamos por preguntarles a los niños como se encontraban el día de hoy, cómo les había ido el fin de semana y dimos pauta para que compartieran algunos alumnos, comentamos de las emociones y el por qué nos hacen sentir de diferente manera lo que realizamos, lo que nos sucede o lo que nos dicen las personas que están a nuestro alrededor, algunos niños expresaron su sentir y casi todos los participantes lograron detectar sus estados de ánimo y que se los provoco. Comentamos en el grupo también de que nos hace sentir por ejemplo cuando nos elogían o nos dicen algo bonito acerca de nuestra persona, a lo cual expresaron que sentían algo bonito y que les gustaba que les hicieran ese tipo de comentarios, esto nos dio pauta para platicar y exponer sobre la comunicación agresiva, pasiva y sobretodo la asertiva, a la cual nos llevó a poner en practica la actividad 4.- El aula de las palabras amables. Les explique que nos colocaríamos una hoja en nuestra espalda y solo se valía ponernos palabras o frases asertivas (positivas o amables) al principio les costó un poco ya que es más fácil marcar lo negativo de una persona, pero poco a poco fueron escribiendo a sus compañeros, algo que también se observó fue que solo se querían poner entre los más cercanos y los invité a que probaran con alguien que no se llevaran tanto, sí que les costó trabajo y solo algunos se animaron; al termino logramos llenar las hojas de cada uno.

Dimos un tiempo para mantener la calma ya que algunos si estaban algo acelerados y trabajamos la relajación por medio de la inhalación y exhalación, continuamos con la lectura de lo que a cada uno le escribieron en sus hojas, la mayoría estaba inquieto por querer leerlas ya que eran solo cosas positivas y no se sentían avergonzados, sino al contrario sus rostros y desesperación era de escuchen lo que me escribieron a mí, esto nos dio pauta para trabajar la estrategia de practicar la escucha de todos con respeto, esta si fue un poco difícil de llevar a cabo ya que querían ser escuchados y no escuchar.

Finalmente les pregunte creen ustedes que debemos agradecer algo el día de hoy, actividad que compararon principalmente con la religión diciendo es como cuando agradecemos en la noche con una oración, comentamos que no siempre es hacer oración sino también agradecer a las personas por algo que hicieron por nosotros, agradecer poder tener amigos, papás, poder ir a la escuela, ver el día, las nubes, y como estaba lloviendo dice un niño ¿por qué llueve, aunque nos mojamos? Y contestaron algunos siiiiiiiiiiiiiii, también.

Gracias por proporcionarnos una actividad enriquecedora con nuestros alumnos y tener la oportunidad de conectar un poco más con ellos.

