

Actividad 11 “Hablando el mismo idioma”

Mi nombre es Magdalena Yuliana Orta Molina soy maestra unitaria en la Telesecundaria 542 de la comunidad de San Juan Viejo de Acámbaro, el contexto de la comunidad no es muy favorable para trabajar los aspectos socioemocionales sin embargo trato de practicar constantemente con mi grupo multigrado, la escucha activa y diversos tipos de comunicación ya que son habilidades esenciales para mejorar nuestras relaciones interpersonales en el aula, en nuestro desempeño profesional y en nuestro bienestar general. A continuación, se detallan algunas de las acciones donde se practica la escucha:

Practicar la comprensión mutua entre los alumnos: Al escuchar atentamente a los demás, podemos comprender mejor sus puntos de vista, sentimientos y necesidades. Al momento de abordar temas de discusión en los proyectos escolares a todos mis alumnos les doy la oportunidad de expresar sus opiniones, (son pocos los que participan, pero cada vez se suman más). Esto conduce a una mejor comunicación.

Designamos la famosa señal de puño en alto para que represente nuestra señal de silencio. Hay alumnos muy inquietos, que les agrada hablar mucho en clase e interrumpen o desconcentran a los demás por lo cual designamos nuestra señal y con ella nos ayuda a mantener un mejor ambiente en el aula.

Fomenta la empatía: La frase “No hagas lo que no quieras que te hagan” y la escucha activa nos ayuda a ponernos en el lugar de los demás y comprender sus experiencias. Esto nos permite desarrollar empatía y compasión, lo que nos convierte en mejores amigos, compañeros de trabajo y miembros de la familia, por lo que siempre les solicito a mis alumnos que se pongan en el lugar de su compañero y que expresen que sentirían si estuvieran en esa situación, además de trabajar actividades de estudio de caso, trato de hacerlos individuos más consientes.

Mesas de negociación o diálogo: Reducen los malentendidos entre los alumnos, la mayoría de estos se deben a que existe una mala escucha y puede llevar fácilmente a generar conflictos. Al practicar la escucha activa, podemos evitar estos problemas y crear un entorno más armonioso, por lo tanto cuando existe un mal entendido entre los alumnos les doy la oportunidad de que ambas partes expresen sus ideas y sentimientos para tratar de solucionarlos de la mejor manera, esto ha beneficiado ya que han disminuido considerablemente los conflictos.

Mantener la calma: Hemos estado realizando el ejercicio de “respiración en calma” Observo que a algunos les cuesta trabajo concentrarse y llevar la respiración controlada, sin embargo, les comento que es cuestión de practica como todas las cosas que se realizan por primera vez y cada vez vamos a mejorar, porque algo tan sencillo que es respirar y controlar nuestra respiración a veces se torna complicado. Siempre que trabajamos en la asignatura de socioemocional les doy a conocer los beneficios de mantener la calma ante las diversas situaciones que se les presenten, tomar un tiempo para respirar y analizarlas, y así poder resolver problemas de manera más efectiva, mantener la calma es esencial para la resolución de problemas, al hacer una pausa podemos identificar la raíz del problema y trabajar para encontrar una solución.

Elogiar a los estudiantes: Cuando mis alumnos realizan cualquier actividad mejor que antes o de manera satisfactoria los felicito y les reconozco sus avances, en algunas ocasiones pido aplausos por parte de todo el grupo. Esto apoya y aumenta el aprendizaje, el reconocer sus avances y logros en los estudiantes es importante en todos los aspectos de la vida.

Fortalece las relaciones: Al aprender a comunicarnos de manera clara, honesta y respetuosa, podemos fortalecer nuestras relaciones con familiares, amigos y compañeros. Mi aula se fomenta el dialogo, la opinión, se realizan actividades de estudio donde se practica la empatía, se pide y fomenta el respeto entre todos (a algunos les cuesta trabajo por su contexto familiar y social). La comunicación efectiva es esencial para construir y mantener relaciones sólidas

En conclusión, al leer las aportaciones de mis compañeros de este taller, docentes con tanta experiencia y sabiduría me enriquezco de sus conocimientos y experiencias, así mismo me dan el optimismo de lograr lo que ellos han logrado con sus alumnos, practicar la comunicación asertiva y reconocer los diferentes tipos de comunicación son habilidades esenciales que pueden mejorar nuestras vidas en muchos aspectos. Al invertir tiempo en desarrollar estas habilidades con nuestros alumnos, podemos mejorar su aprovechamiento académico y desarrollo de su bienestar general.