

## Foro 2 “La autonomía emocional para para la profesionalización docente

### *Hablando el mismo idioma*

Buen día, dentro de mi contexto escolar considero importante no perder de vista las siguientes estrategias: mantener la calma, elogiar a mis estudiantes, practicar el silencio consciente, mesas de negociación o dialogo para cuando ocurra algún conflicto, detección de estados de ánimo del alumno, sonreír mas y relajar el cuerpo, agradecer los momentos, el día o las situaciones compartidas a mi grupo, practicar la escucha, aprender a distinguir con el grupo cuando una comunicación es agresiva pasiva y asertiva y practicarlo.

Si bien, todas las estrategias son buenas y son importantes, considero que estas son las que mas necesitamos en la escuela y en especial en el grupo donde trabajo, a veces, la carga de trabajo o las presiones personales me obligan a perder de busca estas estrategias tan sencillas pero que nos ayudan demasiado, a veces los niños vienen mas cansados que nosotros o más estresados y si nosotros como docentes les hacemos la jornada pesada, la escuela se convierte en un lugar donde ellos no quieren estar y por ende no habrá un aprendizaje, ya que existirá un bloqueo de su parte.

Con una simple sonrisa, el docente puede lograr que cualquier espacio sea ameno para los alumnos, inclusive si el edificio escolar no esta en optimas condiciones, el alumno no verá esa parte, si no percibirá el ambiente de confianza que se genera en ese grupo y podrán crear un espacio donde puedan generar conocimiento a través del dialogo, la experiencia, la escucha, la empatía entre otras muchas más.

A mi grupo le gustaron muchas estas actividades porque son un grupo muy dinámico y gustan de las actividades en movimiento, me siento un tanto culpable de ser yo quien los limite, de ser yo la que no usa la creatividad y energía positiva que tienen hacia la disposición al trabajo y las ganas de aprender cosas nuevas mediante los diferentes retos académicos, a veces solo me limito a estar dentro del aula. Sin embargo, me llevo este compromiso, hacer más dinámicas mis sesiones.

