



ACTIVIDAD 11 Hablando el mismo idioma

En la siguiente tabla se describen diferentes estrategias que puedes emprender en el aula o escuela para mantener una comunicación efectiva con tus estudiantes, y que son a la vez alternativas de acciones para la transformación de conflictos.

Rodea las estrategias y acciones que consideras más efectivas para llevar a cabo en tu contexto.

MANTENER LA CALMA	TIEMPO DE ACUSACIÓN (DESIGNAR UN TIEMPO ESPECÍFICO PARA SOLUCIONAR JUSTO ALGUNA QUEJA O ACUSACIÓN EN ESE MOMENTO SI ES POR SUPUESTO UNA SITUACIÓN QUE PUEDE ESPERAR SU TIEMPO DE RESOLUCIÓN).
ELOGIAR A TUS ESTUDIANTES	DESIGNAR SEÑALES QUE PUEDA REPRESENTAR UNA ACCIÓN COMO SILENCIO O CALMA, PUEDEN CREARLA JUNTOS.
COMPARTIR RETROALIMENTACIÓN DE SU DÍA A DÍA O DE MOMENTOS ESPECÍFICOS.	PRACTICAR EL SILENCIO CONSCIENTE
MESAS DE NEGOCIACIÓN O DIÁLOGO (DESIGNAR ALGUNA PARA CUANDO OCURRA ALGÚN CONFLICTO).	ANTICIPACIÓN
PRACTICANDO LA CALMA	DETECCIÓN DE ESTADOS DE ÁNIMO DEL ALUMNADO
SONREIR MÁS Y RELAJAR EL CUERPO	TENER ACTOS DE GENEROSIDAD (Y QUE PUEDAN COMPARTIRLOS, A TRAVÉS DE FRASES, DIBUJOS U OBJETOS)
PRACTICAR LA ESCUHA	AGRADECER LOS MOMENTOS, EL DÍA O LAS SITUACIONES COMPARTIDAS A SU GRUPO
	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 PRÁCTICARLO



En esta etapa crucial del desarrollo, educar las emociones se convierte en una herramienta esencial para formar seres humanos plenos y resilientes, capaces de afrontar la vida con serenidad y empatía.

Imagínese un aula donde la calma es el cimiento de cada actividad. En un rincón del salón, un niño está molesto porque no puede resolver un rompecabezas. La maestra, en lugar de simplemente pedirle que se tranquilice, se arrodilla a su altura, le mira a los ojos y con voz suave le dice: "Entiendo que te sientas frustrado, es normal. Vamos a respirar juntos y luego intentamos de nuevo". En ese momento, el niño aprende a identificar y gestionar sus emociones, descubriendo que la calma es una herramienta poderosa para enfrentar los desafíos.

Pero la educación emocional no se detiene ahí. Los elogios también juegan un papel fundamental. Un niño que recibe reconocimiento por sus esfuerzos, no solo por sus logros, aprende a valorar el proceso y a sentirse valorado por lo que es, no solo por lo que consigue, si no, porque se esfuerza y lo intenta. Por ejemplo, una niña que dedica tiempo y esfuerzo a dibujar una figura recibe un elogio de su maestra: "¡Qué esfuerzo tan maravilloso has puesto en tu dibujo! Me encanta

cómo has mezclado los colores". Este tipo de reconocimiento no solo refuerza su autoestima, sino que también fomenta un ambiente de respeto y aprecio por el esfuerzo individual.

Detectar los estados de ánimo de los alumnos es otra pieza clave en este rompecabezas emocional. Un educador atento puede notar cuando un niño está triste o preocupado y ofrecerle el apoyo necesario. Por ejemplo, si un pequeño llega al aula con la cabeza agachada y los ojos llenos de lágrimas, la maestra puede acercarse con ternura y preguntar: "¿Te gustaría contarme qué te pasa? Estoy aquí para escucharte". Este acto de empatía no solo ayuda al niño a sentirse comprendido, sino que también le enseña la importancia de expresar sus sentimientos.

La escucha activa es una habilidad esencial que se cultiva en el preescolar. No se trata solo de oír las palabras, sino de entender y validar los sentimientos que las acompañan. Imaginemos a un niño que está narrando una historia sobre cómo se sintió cuando se cayó en el parque. La maestra, en lugar de interrumpir o minimizar su experiencia, le escucha con atención, asintiendo y haciendo preguntas para demostrar que está realmente interesada en lo que dice. "¿Y cómo te sentiste cuando te levantaste?", mostrando que cada palabra del niño es valiosa y digna de ser escuchada.

Finalmente, el arte de agradecer los momentos, tanto los buenos como los desafiantes, es una lección de vida invaluable. Cada día en el aula de preescolar ofrece innumerables oportunidades para practicar la gratitud. Por ejemplo, al final de una actividad de grupo, la maestra puede decir: "Gracias a todos por participar tan bien hoy. Aprendimos mucho juntos y me siento muy agradecida por su entusiasmo y cooperación". Este simple acto de gratitud ayuda a los niños a desarrollar una actitud positiva y a apreciar las pequeñas alegrías de la vida cotidiana.

Educar las emociones en preescolar no solo es importante, es esencial. En estos primeros años, los niños están construyendo la base sobre la que se asentarán sus vidas futuras. Al enseñarles a manejar sus emociones, a valorar el esfuerzo, a expresar sus sentimientos, a escuchar con atención y a agradecer los momentos, estamos forjando no solo mejores estudiantes, sino mejores personas. Y en ese noble empeño, cada pequeño paso cuenta, cada palabra amable deja una huella, y cada momento compartido se convierte en un tesoro que los acompañará para siempre.