

## ACTIVIDAD 11 "HABLANDO EL MISMO IDIOMA" FORO

Como parte de las actividades planteadas en el taller "La Autonomía Emocional para la profesionalización docente" he puesto en práctica tres estrategias que han ayudado en mucho a mis alumnos ya que tengo algunos niños que les cuesta trabajo tener una buena comunicación asertiva, además de que han servido para manejar de mejor manera los conflictos a través de la empatía y la escucha activa.

1.- La respiración en calma con mis alumnos ha resultado muy satisfactoria ya que después de aplicar esta actividad los niños se tranquilizan y su desempeño mejora. Por lo regular la realizo después de recreo pues regresan muy inquietos y agitados. A veces pongo un audio de apoyo y en otras ocasiones les doy la indicación con una música tranquila de fondo.

2.- Otra estrategia que efectúo de manera continua según el contexto donde me encuentro es designar un tiempo específico para solucionar la queja o acusación; el dialogo, la escucha activa y empática en el momento indicado me ayuda a evitar que la queja o conflicto se haga mas grande llegando a acuerdos entre ambos estudiantes.

Se trata de dar un espacio en que ambos expresen su sentir, ponerse en el lugar del otro, teniendo una comunicación asertiva.

3.- Los actos de generosidad hacia los compañeros también ayudan de mucho en la creación de ambientes pacíficos. En esta ocasión compartieron dibujos. Se realizó una rifa para entregarlo a un compañero (persona especial) y junto con ello se dijeron cualidades y palabras bonitas: "eres muy inteligente, muy rápido, quisiera que fueras mi hermano o vecino para jugar todos los días contigo, te quiero mucho, eres mi mejor amigo, ojalá que en la hora de recreo juguemos, etc." Estuvieron atentos y con la expectativa de saber a quien le darían su dibujo.

Finalmente se dieron un abrazo con mucho afecto. La mayoría de los niños a esta edad son muy cariñosos y así lo demostraron al realizar la actividad. Resultó ser una estrategia llamativa, pues al momento de elaborar el dibujo, se esmeraron y esforzaron por hacerlo muy bien.

Deseo seguir haciendo este tipo de actividades donde sigan dando muestras de cariño y generosidad. Hoy les comenté que un compañero lo van a operar de las anginas y salió la propuesta de ir a visitarlo, otros comentaron que le diéramos un detalle. Entonces se pusieron hacer un dibujo donde iba incluido una frase de aliento para su compañero, se me hizo una actividad muy linda.













