

Actividad

“Hablando el mismo idioma”

Concientizar a mis alumnos y alumnas sobre sus emociones y cómo la sienten dentro de ellos ha sido complicado, porque muchas veces, donde sienten alegría también sienten tristeza, por mencionar algo.

El hacer algunas de estas actividades, aunque solo haya compartido la que se realizó dentro del aula USAER, ha resultado positivo, pues ya los niños y niñas, no solo narran lo que le sucedió, sino que ya incluyen algunos la expresión o la emoción que están sintiendo. Y en algunos, se le detecta respirando por sí mismos recorriendo la imagen gráfica que se hizo para buscar la respiración, inhalar, detener, exhalar.

El poder hacer conciencia y reflexión de las actividades que se realizan con el alumnado de las emociones, permite verificar con la opinión de ellos y ellas, qué tanto entendieron la actividad realizar y cómo la pueden ejecutar día con día, en este caso el trabajo con niños pequeños, permite que estas actividades puedan ser repetitivas y que a partir de eso, ellos y ellas comiencen a manejar este vocabulario asertivo en sus vidas.

Laura Leticia Samaniego Ramírez