

Foro:

Hablando el mismo idioma.

Sonreír mas y relajarse con el cuerpo

Los chicos de secundaria y en particular los de mi centro de trabajo tienen dificultad para comunicar sus sentimientos y emociones de una forma correcta y adecuada, y menciono lo de correcta y adecuada porque sus expresiones a veces suelen interpretarse como un insulto o una falta de respeto; la intención de la actividad era encontrar una manera de sonreír más y al mismo tiempo relajarse, así que se me ocurrió con mis alumnos de tercer grado una dinámica que permitiera llevarlo a cabo.

He notado que mis alumnos cuando se toman selfis se tapan el rostro, como si no quisieran que alguien los viera o si tuvieran vergüenza de su propia sonrisa. Les pedí a mis alumnos que por grupos se tomaran varias selfis donde mostraran su mejor sonrisa, y para mi sorpresa todos sin excepción se taparon el rostro con la mano en una pose característica, la mano en la boca con la palma hacia abajo y abierta.

Ya en la muestra de sus trabajos los alumnos comentaban que esa expresión les hacía sentirse relajados y libres, que no importaba que saliera su rostro, que la parte de su cuerpo que aparecía es suficiente para sentirse a gusto y felices, así que ese gesto con la mano lo interpreto como su manera de sonreír; durante la semana cada que pasaba por su salón o cuando teníamos clase también hacía ese gesto a manera de saludo y la respuesta de ellos no se hacía esperar.

Creo que encontré un punto de contacto con mis muchachos.



Practicando la calma:

Mis alumnos de primero son muy sociables y les gustan algunos detalles para con sus compañeros es por ello que los invité a realizar una pequeña tarjeta con algún mensaje para sus compañeros, pero con la tónica que debía ser para alguien con quien no tuvieran mucha comunicación mencionando porque consideraban importante que fueran amigos.

La dinámica fue muy fructífera y la participación de los alumnos fue fluida, procuré que nadie se quedara sin su tarjeta.

