

“Hablando el mismo idioma”

Durante este ciclo escolar, no ha sido nada fácil sobrellevar situaciones que han estado pasando en las familias al inicio del ciclo no sabía cómo ayudar a un alumno que frente a él matan a su padre, su madre lo abandona con la abuela paterna y el tienen problemas de respiración que para sobre llevar estos problemas es dependiente de un inhalador de más de mil pesos, sus abuelos son se escasos recursos, había empatía, pero ¿cómo ayudar? Pedí al maestro de USAER me escuchara y a su vez el me comentó que yo no podía dar solución al mundo, pero si podía escuchar al niño siempre que lo necesitara y que no estaba sola él quería ayudarme, lo primero que hizo fue escuchar al niño y hablas con la abuelita, al niño le prometió estar para el siempre que fuera necesario, siempre que se sintiera solo, realmente hizo maravillas, el niño no solo volvió a expresar felicidad, sino que fue recuperándose de su problema respiratorio. ¿El maestro hizo milagros, era doctos o que pasó? La verdad era que el maestro había vivido una situación semejante, un docente lo había escuchado y ayudado, “era el momento de regresar algo de lo que había recibido”, Hablar el mismo idioma, la empatía, ponerse en los zapatos de otro, retomar la propia historia fue lo que hizo la diferencia.

No ayudé solo escuché y toqué otra puerta... lo importante es no paralizar las emociones que sientes, no ignorarlas, al contrario, manteniendo la calma escuchar los latidos y el porqué de ese ritmo.

Dentro del grupo, mientras el alumno estaba con al docente que lo escuchaba los compañeros trabajábamos el ponernos en sus zapatos ya que la manera como este alumno callaba su dolor era agrediendo a sus compañeros y molestándolos por cualquier cosa, todos comenzamos a ofrecerle cariño y comprensión ahora el puede trabajar con todos y su rostro manifiesta alegría.

Con todo lo anterior me queda claro que para poder solucionar un conflicto es muy importante ser consciente de mis emociones y externarlas con respeto, calma y serenidad.

Para fomentar la empatía y la comprensión interpersonal, debemos ponernos sus zapatos, sin prejuicios y sobre todo sin perder la esperanza, somos humanos, volubles, imperfectos, pero tenemos la oportunidad de ser mejores.

Reducir estrés y la ansiedad es posible sobre todo si con tus colegas compartes estrategias a implementar en el mismo contesto que te ha tocado trabajar.

Para que podamos alcanzar la paz, bienestar y tranquilidad debemos ser partícipes de la promoción de un clima escolar positivo y de inclusión.

En el contexto en que laboro situaciones como las que vivió este alumno hay muchas se podrían escribir muchos libros con estas experiencias, algunas veces se puede ayudar, en otras es más complicado, pero lo importante es no quedarnos como docentes con las manos cruzadas, sino que debemos poner nuestro granito de arena, es por eso que una vez mas compruebo... “donde

hemos sido sembrados, puestos, ubicados o designados es porque ahí debemos florecer” no es casualidad estar donde estamos, es el espacio y el tiempo preciso en el que debemos estar y estar es actuar.

Agradezco este momento, esta actividad, este aprendizaje que llegó cuando tenía que llegar y otra cosa que me da mucho gusto es que otro compañero de la misma escuela lo esta tomando y así estaremos **HABLANDO EL MISMO IDIOMA EN LAS MISMAS CIRCUNSTANCIAS...** Gracias, Gracias, Gracias.

Las actividades que se han trabajado en el aula han sido de escucha, respiración y comunicación asertiva anexo algunas evidencias.

