

Actividad 11

Hablando el mismo idioma

Las estrategias y acciones que nos muestra la guía del Modulo 2 son muy buenas. En la escuela donde yo laboro, la mayoría de los estudiantes provienen de familias disfuncionales, entonces por lo regular es ver alumnos tristes, decepcionados, enojados es por eso que las acciones o estrategias a realizar durante la semana pasada y estas semanas que siguen son las siguientes:

- ✓ Elogiar sus trabajos, actividades y has a ellos mismo para elevar su autoestima y cambie un poco su emoción de manera positiva.
- ✓ Se realizó retroalimentación de su día a día en momentos específicos para fortalecer sus emociones, actividades académicas y sobre todo sus autoestimas.
- ✓ Se realizó de manera diaria las actividades de respiración para mantener la calma y empezar con el mejor ánimo las actividades escolares.
- ✓ Se aplicaron pausas activas para sonreír más y relajar el cuerpo.
- ✓ Se practicó más la escucha activa entre toda la comunidad educativa y de esta manera aprender un poco de los demás.



Aprendiendo a escuchar



Trabajando las emociones por medio del memórame