



ACTIVIDAD 16 Participación en foro

“PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO ES SINONIMO DE UTILIZAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.”

Siguiendo con las actividades del taller comparto mis experiencias que obtuve en la aplicación de las estrategias y acciones: mantener la calma, practicar el silencio consciente, practicando la calma, agradecer los momentos, el día o las situaciones compartidas con su grupo, practicar la escucha y sonreír más y relajar el cuerpo. Esperando aportar algo a mis compañeros y compañeras docentes y a mi misma sobre el tema.

Mencione en mi trabajo anterior que trabajo en Preescolar y en mi grupo predominan los varones, la energía que se transmite y siente es intensa, agradable y para lograr captar la atención y su escucha (del grupo) he aplicado en diferentes momentos del ciclo escolar cada una de las estrategias y acciones, tal vez no en ese orden o termino, pero concuerdo con mi compañera de grupo (LUISA) donde ella menciona en su trabajo de participación en el foro los diferentes momentos de nuestra mañana de trabajo, como manejamos las emociones de los alumnos.

Hoy en día tenemos en las aulas de manera más frecuente alumnos que son detectados con TDH, hiperactividad, Espectro del autismo (en diferentes grados) Síndrome de Asperger, y ocasionalmente con otros Síndromes (Down), o trastorno de ansiedad, para ellos se les dificulta más el autorregularse en sus emociones. Por ello es importante que los alumnos sean conscientes de sus emociones, de cómo pueden expresarlas sin lastimarse o lastimar a alguien, cuando los alumnos van aprendiendo en ello se sienten más conectados con ellos y con sus pares.

Las estrategias y acciones propuestas por el taller son muy buenas y variadas, aplicables a los niveles de Educación Básica.

Para mi mini proyecto, tema: **PROMOVIENDO UNA COMUNICACIÓN ASERTIVA**, modifique un poco la actividad 2 VEO Y SIENTO ¿QUE ES? Y la actividad 4 EL AULA DE LAS PALABRAS AMABLES...

Les pedí se observarían detenidamente en el espejo, únicamente su rostro; luego dibujaran en una hoja de maquina tal cual se percibían, tal ves felices, tal ves sorprendidos, etcétera; su rostro fue al tamaño de la hoja.

Al terminar, formados en círculo se colocaron esos dibujos en la espalda, lo observaron detenidamente y mencionaran que características tiene, como esta de ánimo, es semejante a ti, por qué...al entregar el dibujo mencionar algo agradable.

Terminamos tomados de la mano, en círculo mencionando principalmente como se sintieron, si había algo que agradecer lo dijeran. Ya sea a sus compañeros, maestra, mascota, etcétera.

Es bueno realizar actividades y estrategias socioemocionales con los grupos.