

Actividad de RESPONSABILIDAD 4

Míralo, Apréndelo, Prácticalo.

PRACTICE

Disculpándose y replicando errores de comunicación como empujones, agarrones o gritos.

Materiales: Cloud

“Aunque ya hayamos aprendido muchas habilidades para manejar malos sentimientos, habrá momentos en que cometamos un error en un mal momento. ¡Todos cometemos errores y los errores se pueden corregir! Por lo que ahora practicaremos como darnos cuenta, rápidamente tomar responsabilidad por nuestros propios errores y repetir el momento.

Intente con Cloud tomar un lápiz sin pedir permiso. Grítele de una forma confrontativa. “Hey, porque me roba el lápiz? Ladrón” Luego aprópiase del momento y vuélvalo a hacer de esta manera. “Ups, perdón por gritar, ese es mi lápiz, ¿me lo podrías devolver por favor?”

“Cuando te apropias del mal momento, posiblemente aun te sientas mal, pero en vez de discutir, escogerás una forma más positiva usando tu cara, voz, o palabras para expresar esa inconformidad”

Solicítele a los estudiantes que practiquen en parejas, gritos, empujones o digan palabras groseras y que luego se apropien del momento. Por ejemplo, si tu empujas rápidamente podrías decir, “Lamento haberte empujado, espero que me disculpes. Solo estoy molesto (Nombre cualquier situación).”

Para refrescar, cree un acuerdo sobre que decir y hacer cuando vea a un estudiante o compañero que necesita apropiarse de un mal momento.

“Puedes estar enojado, pero...”

Tan simple como, “Ouch... ¿Puedes intentarlo de nuevo?”

Actividad de RESPONSABILIDAD 5

Hazlo BIEN cuando alguien lo haga MAL

PRACTICA

Alejarse de las quejas.

Respondiendo cuando alguien empuja, agarra o grita.

Materiales: Cloud

“Si alguien es grosero contigo y no se apropia del momento, que hacemos?”

Es fácil ser amable cuando los demás son amables. Se necesita ser muy fuerte de carácter para ser amable cuando los demás no son amables. Vamos a practicar que hacer cuando alguien nos empuja, grita o nos agarrar.”

Pretenda que Cloud agarra tu lápiz. Con una mirada fija, de un paso atrás y estire la mano de forma amistosa para que Cloud ponga el lápiz en ella. Utilice una voz lenta, seria y calmada para decir, “Cloud (Pausa), por favor devuélvemelo, gracias.”

Pretenda que Cloud te empuja. De un paso atrás, pon tu mano en señal de alto cerca de tu cuerpo y diga con una voz seria, “No me empujes”, diga, “Gracias” cuando la persona se detenga.

Pretenda que Cloud te grita. Use un tono de voz bajo y pausado después de llamar por el nombre a la persona así la persona se dará cuenta que gritó. “Cloud (pausa), estas gritándome.”

Estudiantes con grandes retos de comportamiento pueden visualizar la señal de alto en estas situaciones para ayudarlos a decir y hacer lo correcto. Mientras practiques estas actividades de mantener la señal de alto y recordarles a los estudiantes detenerse y pensar sobre que podrían hacer, eso será de gran ayuda en vez de ser doloroso.