

Complete esta actividad pidiéndole a sus estudiantes que den un ejemplo donde un gesto amistoso con la mano los podría ayudar. Pregunte, ¿Que siente usted en estas situaciones? ¿Que podría hacer usted para usar un gesto amistoso con la mano y no uno grosero?

ACTIVIDAD 5: ¡Alto!

PORQUE ESTO ES IMPORTANTE

Esta habilidad en la comunicación es extremadamente útil para estudiantes que necesitan aprender como dejar los límites claros. Cuando se usa efectivamente, esta estrategia le dice a los demás que palabras y comportamientos no son aceptados en la interacción.

Edad temprana/Elemental El profesor le mostrara lo siguiente a los estudiantes: De un paso hacia atrás con una mirada y cara seria y con la mano con los dedos separados diga “Alto” lentamente y con una voz seria. El paso hacia atrás hace toda la diferencia en esta técnica. Calma las emociones y brinda distancia entre los estudiantes que se sienten incómodos.

Pídale a sus estudiantes realizar la técnica anterior en grupo varias veces. Esto consolidara este gesto en su memoria y es una manera segura para estudiantes rebeldes o tímidos poner en practica esta habilidad. También permite al profesor mirar cuales estudiantes necesitan un mayor enfoque sobre cómo manejar sus expresiones corporales con mayor fortaleza.

Realice la esta actividad solicitando voluntarios para demostrar su gesto de “Alto”. ¿Identificaron los estudiantes en cuales situaciones se podrían beneficiar de usar este tipo de herramienta de comunicación en la vida real? ¿Que podrían hacer en caso de que esto no funcione? Recuérdele a los estudiantes que está bien si buscan ayuda de un adulto si se sienten amenazados. Dígale a los estudiantes que podrían decir, ¿Debería llamar al profesor? Sonando como que prefiere que coopere antes de solicitar la ayuda de un adulto.

ACTIVIDAD 6: Aléjese e ignore burlas, groserías e interacciones dolorosas.

PORQUE ESTO ES IMPORTANTE.

A muchos estudiantes se les aconseja alejarse e ignorar las palabras groseras o burlas. Sin embargo, los estudiantes necesitan aprender estas estrategias no verbales contra personas que los amenazan. Algunos chicos y chicas que se comunican de manera gentil necesitaran entrenamiento sobre cómo usar este tipo de técnicas efectivamente. Si se les da la oportunidad para practicar sobre cómo usar apropiadamente el volumen, un tono serio, cara y manos, debería ser más fácil para contrarrestar groserías y malos comportamientos. Esta estrategia provee a los estudiantes una forma asertiva para confrontar estas situaciones por sí mismos.

Edad temprana/Elemental El profesor realiza un ejemplo de primero, todos se ponen de pie, mirada fija, levantan sus manos con un gesto de alto para decir no verbalmente “No permito que me traten de esta manera” Luego de la vuelta y aléjese lenta y deliberadamente. Llame al estudiante que parece aceptarlo, “Hey Mia, eso es divertido, ¿me puedo unir? Explíqueme a sus estudiantes que cuando te alejas, te acerca a personas y situaciones que crearán sentimientos de felicidad para ellos.

Pídale a sus estudiantes practicar la misma secuencia (ponerse de pie, mirada fija; manos en señal de alto; aléjese) todos juntos. Bríndele ayuda a los estudiantes más jóvenes que tienen problemas para recordar todos los pasos. Invite a voluntarios individualmente a realizar todos los pasos. Pregúntele a los estudiantes en que situaciones podrían usar esta herramienta. Discuta con sus estudiantes que es la forma en que mueven sus cuerpos que comunican efectivamente la señal de “alto”, Muéstrole a sus estudiantes maneras “débiles” en que pueden usar su cuerpo para que vean la diferencia. Explíqueme a sus estudiantes que cuando ellos no usan su cuerpo de forma seria, las personas los respetaran y cooperaran menos con nuestra solicitud.

Actividad de RESPONSABILIDAD 2

Enviar el mensaje “lo digo en serio” sin ser grosero.

PRACTICA

Siendo asertivo

Materiales: Cloud

¿Alguna vez te ha pasado que hablas con cara seria y voz fuerte y te das cuenta que tus amigos no respetan lo que les dices o no te escuchan (por ejemplo, le pides a uno de tus compañeros que deje de molestar con el lapicero y no para) ?, Aquí es cuando tenemos que tener más seriedad, sin ser malcriados para ser escuchados. La mejor manera de lograr esto es con nuestra cara y voz.

Demuestre con sus ojos y una mirada seria como se habla en serio. Que los estudiantes lo imiten.

Demuestre con Cloud como tocar el hombro, llamar por el nombre y usar la frase, volumen y voz seria adecuados. Tocar el hombro. “Cloud (una ligera pausa), por favor deje de golpear su lapicero.”

Actividad de RESPONSABILIDAD 3

Ayudando vs palabras conflictivas.

PRACTICA

Este pendiente del tono de voz cuando se está molesto. Elija palabras que ayuden.

Materiales: Tiritas de papel de la sección “Self-Awareness” (página 141), escondidos en la bolsita de Cloud.

“Cuando está enojado es muy importante tener cuidado con las palabras que eliges usar. Hay una gran diferencia entre palabras de ayuda y palabras conflictivas. Aquí unos ejemplos.... ¿Tienes algo más que agregar? Escríbalo en la pizarra.

Los estudiantes tendrán que turnarse para tomar una acción de la bolsita de Cloud e interpretarlo con palabras de enojo. Vamos a aprenderlo de la equivocada para aprender que NO hacer. Para estudiantes de más edad puede ser gracioso decir: “NO intente esto en casa o escuela si quiere tener amigos”. Vuelva a hacer los

ejercicios con palabras motivantes y una cara y voz amigables. ¿Cómo te sientes cuando usas palabras motivantes en vez de palabras conflictivas?”

Usando a Cloud, demuestre con turnos y con la seriedad necesaria cuando alguien no está poniendo atención.

Primer intento: Con un golpe suavcito en el hombro, llame por el nombre, haga una pausa, y luego diga que necesita.

Toque. “Cloud (pausa), necesito que pares de golpear con el lapicero. Thank you.”

Segundo Intento: “Te pedí que pararas de buena manera”

Tercer Intento: “Te he pedido dos veces ya que pararas. ¿Debería de llamar al profesor?”

Para estudiantes con grandes retos manejando sus emociones, podría ser de ayuda recordarles que decir en este tipo de situaciones. Es fácil para los estudiantes culpar a los demás (empezando las frases con “Usted” en vez de “Yo”).

Cara Seria

Para estudiantes con grandes retos manejando sus emociones, escriba una narración (vea la página 63) para ayudarlos a elegir las palabras correctas.

Palabras Conflictivas	Palabras Correctas
"Tramposo"	"La regla es..."
"Quitate"	"Can you please give me more space? Thanks"
"Mentiroso"	"Eso no es lo que yo escuche"
"No es justo"	"Es mas divertido cuando todos somos justos"
"Chismoso"	"Hubiera preferido que me dijeras primero a mi en vez de al profesor"
"No sos mas mi amigo"	"Estoy muy molesto contigo"