Pabón Méndez Gloria Del Pilar

Concepto Bisagra: Pensar Antes de Actuar: La Soledad que Nadie Ve en el Grupo

Enfoque Pedagógico: Pedagogía de la Empatía y Reflexión Ética de la Impulsividad

1. Diagnóstico y Aporte en Sesión

Gloria Del Pilar (PILAR PABÓN) analiza el punto crítico donde la agresión nace de la soledad ignorada («Cuando el niño no se siente parte del grupo, se ignora la soledad... Con la intervención del docente el grupo desarrollaría la empatía con el niño excluido: PENSAR ANTES DE ACTUAR»). En el Bloque 1 reconoce con sinceridad: «Le digo No a una persona cuando el tiempo me falta y es indiferencia estructural porque estoy pensando solo en mi sentir».

««Cuando el niño no se siente parte del grupo, se ignora la soledad, Con la intervención del docente el grupo desarrollarian la empatia con el niño excluido, PENSAR ANTES DE ACTUAR... Le digo No a una persona cuando el tiempo me falta y es indiferencia estructural por que la estoy pensando solo en mi sentir.»»

2. Fundamentación Teórica Canónica

Carlos Skliar (*Pedagogías de las diferencias, 2015*)

««La soledad de un niño en medio de un salón lleno de gente es la denuncia más desgarradora contra la soberbia de nuestros métodos pedagógicos.»»

Núcleo Conceptual: La soledad como fractura del pacto educativo.

Traducción al Aula: Detectar qué estudiantes pasan el descanso apoyados contra una pared mirando al piso y tender puentes.

Paulo Freire (*Pedagogía de la indignación, 2000*)

««Pensar antes de actuar exige frenar el impulso del egoísmo. Educar es salir de nuestro propio sentir para acoger la necesidad del semejante.»»

Núcleo Conceptual: El descentramiento del ego docente.

Traducción al Aula: Dedicarse un minuto a escuchar antes de emitir un veredicto apresurado.

3. Dispositivo Escolar a Dinamitar

Dispositivo: La Impulsividad Defensiva y el Egoísmo del Tiempo

¿Cómo opera? Responder con evasivas o desinterés al estudiante porque el tiempo de la clase apremia, dejándolo en la soledad más absoluta.

¿Por qué produce violencia? El niño ignorado se convence de que su dolor no le importa a nadie y reacciona atacando para defenderse preventivamente.

Golpe Subversivo: Instaurar la regla de "Pensar antes de actuar" y crear momentos de pausa consciente para validar al excluido.

4. Estrategia Pedagógica de Transformación

Título: Taller «Pensar Antes de Actuar»: El Semáforo del Corazón (Población: Básica Primaria (3° a 5°))

1. **La Fotografía de la Soledad:** Mostrar imágenes de un niño solo en un patio y preguntar a los estudiantes qué pensamientos cruzan por su mente.
   Pregunta detonante: «¿Alguna vez te has sentido invisible en medio de una fiesta o en un recreo?»
2. **El Freno de los Tres Segundos:** Entrenar el ejercicio: antes de lanzar una burla o empujón, contar hasta tres con la mano en el pecho y pensar en las consecuencias.

Pregunta detonante: «¿Qué pasaría si te detienes tres segundos antes de soltar la palabra que hiere?»

3. **La Misión del Abrazo Invisible:** Cada alumno tiene la misión secreta de incluir a un compañero aislado en el juego del descanso. *Pregunta detonante:* «¿Cómo le cambiamos el día a alguien con solo decirle "ven, juega con nosotros"?»

5. Recurso Pedagógico Construible

Nombre: El Disco de la Pausa Ética (Pensar Antes de Actuar) (Artefacto Físico)

Artefacto de bolsillo que los estudiantes tienen en su cartuchera para consultar cuando sienten rabia o tentación de burlarse de un compañero.

Materiales: Discos de cartón giratorios de dos caras, Ilustraciones de respiración y empatía

Pasos de Fabricación y Despliegue:

1. 1. Elaboración y decorado del disco por cada estudiante.
2. 2. Cara A: Señal de Stop (Respiro y me pregunto qué siente el otro).
3. 3. Cara B: Señal de Giro (Elijo una palabra que una en vez de una que rompa).
4. 4. Uso voluntario en clase ante momentos de frustración.

Criterios de Verificación:

- Disminución de reacciones impulsivas agresivas en el salón.
- Mayor disposición a acoger a compañeros que solían quedarse solos.

6. Cuaderno Autónomo y Reflexiones Personales

Preguntas Orientadoras:

- *«¿En qué momentos pienso solo en mi propio sentir y olvido lo que mis estudiantes están atravesando?»*
- *«¿Cómo organizar mi tiempo para que nunca me falten 2 minutos para el niño que sufre?»*

Notas Personales del Docente (Guardadas en el Dispositivo):

ESTRATEGIAS PARA LOGRAR UNA SANA CONVIVENCIA EN EL AULA

Comunidad de diálogo son espacios donde los estudiantes puedan hablar, expresar sus emociones, escuchar y construir acuerdos sin temor a ser juzgados. **Experiencias artísticas colectivas actividades de arte,** música, teatro, danza y pintura permiten que los niños expresen emociones, reconozcan diferencias y fortalezcan vínculos.

Acciones de servicio como el cuidado de la casa común el colegio Realizar actividades en beneficio de todos como mantener limpio mi salón fortalece el sentido de pertenencia, la solidaridad y el compromiso colectivo.

Mediación y reparación enseñar a reconocer el daño causado, asumir responsabilidades, pedir disculpas sinceras y reparar las relaciones.

ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTAR DENTRO DEL AULA TRANSICIÓN

1. El termómetro de las emociones Cada niño identifica cómo se siente al iniciar la jornada. - Verde: estoy tranquilo. - Amarillo: estoy preocupado o inquieto. - Naranja: estoy molesto. - Rojo: estoy muy enojado.

2. El rincón de la calma Adecuar un pequeño espacio con cojines, cuentos, tarjetas de emociones, botellas sensoriales y dibujos para colorear. Cuando un niño esté alterado puede acudir voluntariamente para tranquilizarse. Propósito: aprender que podemos hacer una pausa antes de reaccionar.

3.El dado de las emociones Elaborar un dado grande con seis emociones: alegría, tristeza, miedo, enojo, sorpresa y tranquilidad. Cada niño lanza el dado y responde: - ¿Cuándo me he sentido así? - ¿Qué hago cuando siento esta emoción? - ¿Qué puedo hacer para manejarla? 4.Cariñograma Es un cartel con los nombres de los estudiantes y cada uno tiene un bolsillo para recibir correspondencia Cada estudiante escribe mensajes positivos para sus compañeros: «Gracias por ayudarme», «Me gusta jugar contigo», «Eres importante”. Se leen algunos mensajes al finalizar la semana.

5.Recreos artísticos Crear estaciones de actividades: - Dibujo libre. - Juegos de mesa. - Construcciones con material reciclable. - Música y baile. - Lectura de cuentos. Propósito: ofrecer alternativas positivas de interacción y reducir los conflictos derivados del juego brusco.

6. Técnica para pensar antes de actuar La técnica de la tortuga - Me detengo. - Escondo mi cabeza como una tortuga (abrazo mi cuerpo). -Respiro profundamente. - Pienso qué puedo hacer. -Salgo y actúo sin lastimar.

7.Técnicas de respiración Huelo la flor y soplo la vela Imagino que tengo una flor en una mano y una vela en la otra. Inspiro suavemente como si oliera la flor y luego suelto el aire lentamente para apagar la vela La montaña rusa con los dedos de las manos 1. Inhalación (Subida): Al tomar aire profundamente por la nariz (llenando el abdomen), visualiza el vagón de la montaña rusa subiendo lentamente por la vía. 2 exhalar Al soltar el aire por la boca o la nariz, imagina que el vagón baja por la pendiente de forma suave y controlada. repetición: Completa entre 3 y 5 ciclos continuos. Al finalizar, notarás cómo tu cuerpo y tu frecuencia cardíaca se tranquilizan.