



Apuntes e_mocionales

ANAROJO DE LA VEGA
PSICOPEDAGOGA Y MAESTRA DE INFANTIL

Somos un equipo

Ahora que arranca el nuevo curso, es importante que el alumnado de cada centro escolar sienta que forma parte de algo

En la adolescencia os gusta pasar mucho tiempo con vuestras amistades, hablando, bailando, yendo de compras, a conciertos... Durante la semana os toca ir al instituto, al colegio... Es decir, formaros para en el futuro trabajar de lo que queráis. En esos centros educativos también hay muchos adolescentes como vosotros pero no todos somos iguales y por eso, para que todos se sientan pertenecientes a su centro escolar, debemos formar un gran equipo humano.

A continuación, os voy a ofrecer una serie de recomendaciones para conseguir que todo el alumnado de vuestros centros formativos sienta que forma parte de ese lugar y sobre todo que vayan alegres y con entusiasmo para así lograr un mejor aprendizaje.

1. Acompaña. Si ves a algún estudiante que está sólo en el recreo, ayúdalo, dale tu mano y enséñale donde están las distintas clases y los lugares importantes y de paso preséntale a tus amigos. Quién sabe, igual luego os convertís en uña y carne.

2. Comparte. A todos seguro que hay alguna asignatura que se os resiste más que otras, no pasa nada es normal. Por eso, podéis crear un grupo de estudio con *compis* que dominen esa materia y podéis compartir conoci-

miento y de paso echaros unas risas. Así, todos salís ganando.

3. Observa. Durante la jornada escolar, pasan muchas cosas y algunas nos pueden hacer daño al mirarlas. Estate atento y si ves que algún compañero está sufriendo acoso por parte de sus compañeros, no te quedes callado. Es muy importante actuar y colaborar en esa situación. Todos somos humanos y queremos recibir un trato respetuoso.

4. Colabora. En los centros educativos, hay millones de actividades donde seguro que puedes echar una mano y poner tu grani-

Servicio especial



to de arena. Por ejemplo, en actividades de días especiales, como el Día de la Paz, el Día de la Mujer, etc. Harás nuevas amistades y conseguirás sentirte muy perteneciente a tu centro.

5. Selecciona. A lo largo de la etapa escolar vas cambiando de clase, de compis, de profesores... y como observarás cada persona es distinta. Por eso, debes saber elegir tus amistades, que sean positivas para ti, que te aporten energía, vitalidad, que sumen y no resten. Si haces buenas amistades, las conversarás durante toda la vida.

6. Juega. Igual esto os suena más a Primaria pero no, en Secundaria también tenéis que compartir rato de ocio con vuestras amistades. Ya puede ser haciendo deporte o jugando a juegos de mesas, seguro que formáis un gran equipo.

7. Reflexiona. Cada día vivís miles de emociones que tenéis que gestionar y no es tarea fácil, la verdad. Por eso, es aconsejable dedicar un momento a pensar lo que te ha pasado y sobre todo qué has aprendido de esta situación. Además, también lo puedes compartir con tu grupo.

Este próximo curso, vas a formar un gran equipo donde todos sumarán y aportarán. ¡A por ello! •

Contenido ofrecido por la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

e_scritos



2º DE ESO
COLEGIO STO. DOMINGO DE SILOS

Amor inerte

Años atrás le prometí que algún día estaríamos juntos y la haría mía; después de tanto tiempo por fin la pude tener en mis brazos... Cuando ese día llegó solo éramos ella y yo; todo era perfecto. Ella es tan hermosa... Me encanta sentir su suave y delicada piel y el embriagante olor de su sedoso cabello... Lástima que a los vecinos no les gustara aquel olor que emanaba de su cuerpo tan helado, para ellos 'desagradable' pero para mí fascinante. Aun así, pienso que todos deberíamos poder estar con quien realmente amamos. ¿No está usted de acuerdo, señor policía? ¿Acaso no puede comprender que lo hice por amor?

* Ganador del primer premio en la categoría de primer ciclo de Secundaria en el Concurso de Microrrelatos para estudiantes del Festival Aragón Negro



No te calles **900 100 456** **¡ACTÚA!**

El teléfono de **ayuda contra el acoso escolar** no te cuesta nada
NOSOTROS TE AYUDAMOS