



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

1. **Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.**

Los pensamientos llevados a cabo en estas actividades fueron diversas, pero traté de que todos expresaran sus emociones y después trabajar en equipo para que todas las emociones se convirtieran en felicidad y calma. En esto me llevé una gran sorpresa al decirme un alumno que él se quería quedar en la tristeza ya que quería asimilar y aceptar las cosas que habían pasado en su vida, de inmediato tuve una comunicación asertiva y le comenté, hoy vamos aplicar lo que has aprendido en las actividades de lo emocional, quiero que te des un tiempo para analizar las cosas y que esa pérdida tan grande las sueltes para que puedas sanar. El alumno me escuchó y aceptó la actividad, esto me llenó de emoción al saber que pude ayudar a que el alumno soltara tanta carga pesada que traía en él y pudiera entrar poco a poco en el estado de la calma.

2. **¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?**

Al valorarse cada uno como persona, todos concluyeron en que la autoestima la debemos de trabajar y renovar cada vez que tengamos una situación que nos haga sentir que lo que estamos haciendo como persona no tiene sentido, es ahí cuando entra la autoestima donde tengo que decir yo valgo mucho y mi presencia como persona cuenta mucho y es valiosa en todo lo que haga y me proponga.

3. **Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?**

¿Hoy en día claro que mis alumnos reconocen lo que es la autoestima, ya que como lo he mencionado el grupo a mi cargo es de tercer grado y este ciclo escolar egresan a la Educación Media Superior, había alumno diciendo que se les había difícil la Preparatoria y que pensaban mejor en no entrar, hubo alumnos que se acercan y les comentaban... cómo puedes decir que es difícil sino lo has vivido? Además, tú puedes con eso y más, eres el mejor y estás preparado

para llevar y afrontar cualquier actividad que se te proponga. Así que no vuelvas a decir que no quieres y que no puedes un clave importante es intentarlo para lograrlo. De esta manera vi que levantaron el ánimo a los compañeros para que siguieran adelante y no bloquearan sus metas y proyectos de vida.

4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

Todas actividades son importantes en lo emocional, no cabe duda que el toque final es el compartir sus opiniones, que son las que enriquecen por completo las actividades, en mi caso había alumnos que participaban muy poco y con estas actividades sintieron bastante confianza que participaran como nunca lo habían hecho, esto debido a que se sentían escuchados por todos. Mis alumnos se quedaron con la actividad en la cual mencionaban la regla de oro. Donde hoy en día cuando quieren que los escuchen, les comentan pongamos en practica la regla de oro para que esta conversación sea fructífera.

1. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



Esta actividad refleja el compromiso en una de las actividades que despertó mucho el ánimo e interés por los alumnos la cual hablaba sobre el futuro, los alumnos escribían y redactaban con entusiasmo su carta.



Como lo he mencionado en todas las actividades, lo medular de cada actividad es cuando los alumnos se arman de valor y, comparten sus sentimientos y emociones socializando su sentir con los demás.



La carta fue compartida con todo el grupo donde hubo lágrimas, tristeza, abrazos con sentido y significado. Y por supuesto que con gran eficacia lideré esta actividad la cual me dejó un sinnúmero de experiencias.

Rúbrica PTP 3

| Instrumento para evaluar PTP del módulo 3 | | | | | |
|--|--------------|------------|---------------|-----------|---------------|
| Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión | | | | | |
| | Insuficiente | Suficiente | Satisfactorio | Destacado | |
| Indicadores | 1 | 3 | 4 | 5 | Observaciones |
| Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas. | | | | | |
| Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3. | | | | | |
| Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3. | | | | | |
| Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo. | | | | | |