



DOCUMENTO ENTREGABLE Proyecto de transformación personal (PTP) 2DA parte

1. Pensamientos y emociones de las actividades realizadas.

Durante la realización de la actividad 4 a la vez, estaba preocupada pues de pronto sentí con un nivel de complejidad elevado para mis alumnos, pero realicé adecuaciones, pues entregué una fruta a 4 alumnos

Y cantamos la papa caliente y quien se quemó sería quien pasaría al centro de pie, y entregaría, con el transcurso de la actividad me fui relajando pues la mayoría de mis alumnos se interesaron en la actividad

Aun que les costaba trabajo elegir solo un compañero que para ellos era frecuente esa emoción. Sin embargo

La actividad me dio la oportunidad de reafirmar que mis alumnos son capaces de identificar sus propias

emociones pues cuando un compañero señaló a una niña que ella estaba aburrida en las clases ella respondió no

no es cierto yo estoy alegre y así es pues una pequeña muy activa y entusiasta, y por

otro lado me doy cuenta que

conocen las emociones de ellos demás pues cuando hice gestualmente la emoción de enojo de inmediato reconocieron

al niño que siempre estaba enojado, a esto creí que el pequeño se sentiría mal, pero no el acepto que se enoja

porque yo lo regaño o no lo dejo jugar con el material, algo que hablamos de la importancia de realizar distintas actividades

en el preescolar y porque es que yo le pido que trabaje, que respete a sus compañeros.

Algo que llamó mi atención fue que una de mis niñas dijo que yo estaba enojada. Y le pregunté que si yo siempre estaba enojada y dijo no ahorita estas enojada, bueno con Dylan si porque el te hace enojar y con Shos también. Esta situación me hizo reflexionar sobre mis actitudes verbales y no verbales y sentí un poco de tristeza el que mi alumna me vea como enojada o regañona, es algo que debo mejorar y algo que yo no

me había dado cuenta que mis alumnos perciben en mí. La siguiente actividad fue EL AULA DE LAS PALABRAS AMABLES, la

cual los alumnos al ser de preescolar por medio de dibujos expresaron palabras amables, representaron al buen amigo con cara

sorriente y corazones, algunos dibujaron flores, el cielo como símbolo de amistad. Considero que será importante trabajar el reconocer

las cualidades y darnos cuenta que el decir y escuchar palabras amables alimenta el alma.

2. ¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo?

Los alumnos expresaron sus sentimientos al identificar en los compañeros las distintas emociones, los compañeros que fueron identificados respetaron el reconocimiento de sus compañeros, pero también de manera respetuosa y argumentada mencionaron porque no estaban de acuerdo, La comunicación no verbal se dio cuando los

alumnos por medio de dibujos expresaron las palabras amables, y además de manera amistosa, entusiasta, dijeron que fue lo que dibujaron cuales fueron las palabras amables que representan sus dibujos,

Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?

Concluimos reconociendo la manera como nos comunicamos hoy por medio de palabras amables, respetando los sentimientos de los demás hacia nosotros, defendiendo nuestros puntos de vista de manera respetuosa y dando a conocer argumentos o porque no estamos de acuerdo. Identificando que siempre es mejor escuchar, respetar, defender, pero respetando a los demás, controlando el enojo o los gritos en lugar de esto el dialogo.

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

Una de las actividades más significativas ha sido PRIORIZANDO EL CONFLICTO. Esto porque ha impactado en lo personal, pues estoy descubriendo como mi comunicación cuando se presenta un conflicto con pareja, amigos, familiares

Llega a ser pasiva, en el momento me es difícil expresar mis sentimientos, suelo acceder aunque no esté de acuerdo, la sensación de temor al quebrarse mi voz al enfrentarme evita que argumente o me defienda.

Esta situación ya la tenía detectada que cuando estoy en un conflicto personal me bloqueo y evito discusiones aunque no quedo satisfecha y prefiero que los demás si lo hagan.

Las estrategias brindadas para comunicación asertiva me ayudaran para lograr expresar mis sentimientos y controlar mis emociones de miedo, pues siempre pienso en lo que puede pasar si expreso mis sentimientos que pueden no gustarle a la otra persona y generar conflictos.

En cuanto al trabajo en equipo las actividades me han permitido reconocer mi área de oportunidad para trabajar de manera colaborativa pues me llega a costar trabajo el compartir ideas, conocimientos, pero esto es generado no porque no quiera sino

Porque considero que lo que pueda aportar no será de utilidad o que mis compañeras lo conocen, pero no lo aplican. Al tomar

Decisiones escolares doy a conocer mis puntos de vista, casi siempre se toman en cuenta, también apoyo las ideas de los demás enriqueciéndolas desde mi punto de vista. Casi siempre pienso en las consecuencias, que puede pasar si actuamos de tal o cual forma, trato de ponerme en el lugar del otro para tomar decisiones.

Considero que tengo mucho por hacer en cuanto a lo personal lo cual impactará en mi labor.