



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

La infancia enfrenta grandes retos y a veces Barreras para su participación y aprendizaje óptimo. En ocasiones como docentes, mamás o papás, adultos cercanos, hacemos comentarios, sin mala intención, ni mucho menos agravio a los menores, pero nos detenemos muy poco a pensar en ello, se nos escuchan palabras como, "pues a ver cómo le va", "no más no dio una", "hay que lata da", "pobrecito(a) se esfuerza, pero no más no puede", solo por decir algunas menos fuertes, que, sin embargo, marcan la vida autoestima, la creencia en sí mismos de los niños y las niñas.

Los docentes tenemos una gran influencia sobre nuestros estudiantes, sin quererlo tal vez, desempeñamos un liderazgo frente a cada niño y niña, quienes sobre todo en las primeras etapas escolares, idealizan a quienes tienen al frente, y más si los tratan con respeto y los valoran. Por ello es muy importante que para ellos seamos un referente de que son valiosos, son importantes y son capaces, al tiempo que los dirigimos para que conozcan que el esfuerzo y la disciplina son aliados que al inicio pueden saber amargos, pero que con el tiempo los llevarán muy lejos y les darán frutos dulces.

Esta última semana realicé la actividad "El regalo", donde las niñas y los niños pasaron a ver un hermoso regalo, valioso e importante. Para iniciar les conté muy emocionada que les llevaba un regalo, que pronto saldrían del kínder y que este regalo los acompañaría siempre para recordarles que con esfuerzo pueden alcanzar sus sueños. Puse el regalo al frente, y di las instrucciones. Pasarían uno a uno, mirarían dentro del regalo, después de admirar lo hermoso que es, debían regresar a su lugar, sin decirle a sus compañeros, para que ellos también se pudieran sorprender.

Así se realizó, los estudiantes pasaron, al principio, al observar dentro del regalo, se veían a sí mismos, pero parecían no saber cuál era el regalo, pues veían el espejo y se preguntaban si eso sería y cómo harían para llevárselo. Son niños de entre 5 y 6 años, al inicio, me costó explicarles y que pudieran comprender que su reflejo expone que ellos son el regalo, y que se ve que es maravilloso. Poco a poco lo pude explicar y ellos lo entendieron, acentúe ¿qué ves? (en voz bajita



para que el resto no escuchara y siguiera siendo factor sorpresa), me decían que él espejo y entonces yo los hacía mirar su reflejo y les mencioné, TÚ, TÚ, MIRATE, ERES UN REGALO HERMOSO.

Al verse en el espejo, algunos se sentían decepcionados de no obtener un "regalo" concreto como ellos estaban esperando, pero conforme fuimos diciendo palabras sobre sus cualidades, reiterándoles que ellos son un regalo, los fui "chuleando", todos fueron valorándose, e incluso, pidieron pasar a ver "el regalo" varias veces, agregando cada vez, alguna cualidad.

En la siguiente etapa de la actividad saque el espejo y pedí que pasaran a decirse palabras sobre cómo son; valientes, inteligentes, hermosos, chulos, etc...Fue sorprendente te ver cómo les costaba trabajo decirse a sí mismos esas palabras, era como -"naaah no creo", conforme los anime, pudieron decirse a sí mismos "soy valiente", "soy lista", "Soy divertido" etc. He de reconocer que cuando les di el ejemplo de cómo debían hacerlo y aunque he hecho este ejercicio otras veces, hacia mi persona, me costó trabajo decírmelo, no me pude decir soy inteligente, así que opte por decir "Soy valiente", dejándome una lección de que esté es un camino constante, de crecimiento, y que como aprender otro idioma, sino lo practicamos se nos olvida con facilidad, dejando de ser útil para nuestro bienestar.

Cerré la actividad con, una segunda sugerencia de actividad del Mini botiquín, pero adaptada a los pequeños. Que fue "mi trébol de cuatro", considere muy extensa y más complejos los conceptos de esta actividad, así que deje solo "yo soy" y "yo tengo", en una hojita la dividí en dos y de un lado con la primera afirmación, se dibujaron tratando de hacer notar las cualidades y virtudes que se dijeron al espejo. Del otro lado de la hoja con la afirmación, yo tengo, dialogamos y ellos dibujaron aquellas cosas que tenían y podían agradecer, vinculando que, así como ellos son un regalo al nuestro alrededor hay muchos "regalos" personas valiosas que debemos amar, cuidar y respetar. Para finalizar, hicimos en la pared de fuera del salón un collage, con sus dibujos, para que todos pudieran ver los regalos de 3ºB.

Con la realización de esta actividad también aprendí que, sin duda, como docentes, debemos llenar esas pequeñas mentes de cualidades hermosas, Somos

líderes para los pequeños, y para sus padres, que, aunque no me adentre en actividades con ellos, estoy segura que a estos pequeñitos les cuesta reconocer sus cualidades porque tampoco las oyen de sus padres, no es la generalidad, pero al menos en este grupo que trabaje la actividad, si lo fue, pues fueron pocos los niños y niñas que se pudieron reconocer a la primera, de mostrar seguridad al decirse sus cualidades. Así que también me queda ese reto, de guiar a los papás y mamás en estas competencias emocionales y que, desde ellos, se pueda favorecer el ambiente de aula, saliendo ganando todos.

Así que a los docentes nos queda ser honestos, no tratar de engañar a nuestros alumnos, pues saben cuándo somos sinceros, lo sienten, más allá de las palabras, nuestro lenguaje no verbal, como lo vimos en algunas actividades de este tercer módulo, son tan importantes como el lenguaje verbal y muchas veces mucho más determinante al transmitir un mensaje, porque podemos olvidar lo que se nos dijo, pero nunca el cómo nos hizo sentir.

Esta es una labor ardua, de día al día, en el grupo de Facebook compartí con los maestros que debemos encontrar esas virtudes en nuestros estudiantes por difícil que nos parezca, seguir labrando en este tema de la educación y la autonomía socio emocional, que justo se asemeja a la siembra: muchas veces hay que ver lo que todavía no es, como si fuera, esto es como una semilla, tu no vemos la plantita o árbol inmediatamente, pero si se siembra, si se riega, si se cuida, con mucha paciencia, un día, un día LO SERÁ. 🌳🌻🌱🌿🌵 así vale la pena intentarlo. ✨

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

Pienso que en el escrito se reflejan muchas, pero de manera clara, puedo señalar que sentí sorpresa y tristeza, de darme cuenta como les costaba a los niños y niñas reconocerse como valiosos, también sentí sorpresa, confusión y no sé cómo llamar a esa otra emoción, como de impacto, al yo misma no poderme decir una cualidad con naturalidad. También me sentí muy alegre, feliz, cuando los niños y niñas pudieron empezar a decirse palabras positivas, al ver sus caritas alegres, y como la dinámica fue enriqueciéndose con los sucesos que se fueron presentando.

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

Considero que se promovió al hacerles saber a los niños que cada uno es valioso, que son importantes, enseñándoles a identificar qué cualidades tienen, qué es una cualidad, qué ellos pueden decírsela y saber que es verdad. También cuando se dan cuenta, de la existencia del “otro” y le dan valor, aprecio y gratitud. Y algún otro curso de socio emocional aprendía que es a través del otro, que nos identificamos como el Yo, hay una relación que se vincula, se retroalimenta y nos permite crecer, como los seres sociales que somos. Aunque la autoestima se define como el concepto que tenemos de nosotros mismos, este no surge de la nada, sino que se construye en un ambiente, y se refuerza con la conciencia sobre un ser social, pero que llega a autonomía.

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

Si reconocen la autoestima, como decirse cosas positivas, saber que son valiosos, pero creo que continúan en proceso tanto de reconocerla como de trabajarla, considero que van adquiriendo herramientas para desarrollarla, si en adultos es un continuo trabajo, cuánto más en las etapas tempranas, se tiene que apoyar para su ejercitación.

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

La carta al futuro me gustó mucho, considero que, aunque estamos pendientes del futuro y de ahí vienen muchas ansiedades, el detenerme a pensar en cómo me quiero ver, determina que tengo que hacer hoy para alcanzarlo, pero más importante considero que me puso a pensar que eso llegará, porque la misma vida pasa, y teniendo conciencia, vamos haciendo cosas para que pase, pero que lo grave sería olvidarme de vivir hoy por estar pensando en el mañana. debe haber un equilibrio, pero es mi hoy, ese regalo que no puedo despreciar, así que es lo que debo poner en práctica, y una forma es con la respiración sintiente, con los ejercicios de gratitud, que reaprendí en este curso. Ah y también me gustó mucho La fábula del colibrí, estoy haciendo mi parte y eso me hace muy feliz.

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





### 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
<b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales</b> generados por las actividades realizadas.					
<b>Describe de manera específica tres de las acciones</b> que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.					
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas</b> del módulo 3.					
<b>Integra evidencias gráficas y explicación</b> de los ejercicios realizados en colectivo.					