



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

OMAR EDUARDO BUENOSTRO MOSQUEDA

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

Después de analizar las actividades sugeridas en la guía número dos, me parecieron muy interesantes las actividades plasmadas para el desarrollo de relaciones positivas con la comunidad educativa, así como el fortalecimiento de la autonomía emocional para la profesionalización docente.

Por lo cual, centrándome en mi contexto escolar, se llevó a cabo la **actividad número 3. (el lenguaje no verbal. ¿Qué tanto dice?)**. En la cual, partiendo de sus conocimientos previos iniciamos con una lluvia de ideas, resaltando la importancia del lenguaje para comunicarnos. Después realizamos un juego con mímica y se comentó, que existe un lenguaje verbal y uno no verbal, así como sus características, similitudes y diferencias.

Con esta actividad, se pudo trabajar en equipo y los niños se mostraron muy interesados durante el desarrollo de esta. También hubo muy buena disposición para llevar a cabo la actividad y se mostraron con gusto.

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

Dentro de la actividad realizada, se pudo reconocer los esfuerzos y logros de los estudiantes, así como el sugerir mejoras de manera respetuosa y clara. Así mismo, se comentó la importancia del respeto y el evitar críticas destructivas y enfocarse en brindar sugerencias en cómo mejorar.

Así mismo, durante la realización de la dinámica, se propició que en los participantes observarán y describieran el lenguaje corporal de los demás. Lo que facilitó la discusión sobre cómo ciertas posturas o gestos pueden ser interpretados de diferentes maneras.

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

Puedo mencionar que lo hacen de manera parcial, ya que falta mucho por realizar para seguir propiciando herramientas que ayuden a los alumnos a la autorregulación de sus emociones y resolución de problemas de manera pacífica y asertiva.

Sin embargo, estas estrategias sugeridas en el presente curso, me han permitido reflexionar acerca de la importancia de las emociones en la educación básica, pues me hubiera encantado que en mi niñez se hubiera priorizado esta parte para saber manejar mejor el estrés y frustración.

Afortunadamente he visto con agrado, que en los recientes planes de estudio se comienza a ver la educación desde un enfoque humanista en el cual se prioriza primordialmente en la formación de estudiantes con una visión integral, es decir, educar no solo para adquirir conocimientos y habilidades cognitivas sino también para conocerse, cuidarse y valorarse a sí mismos, adquirir valores éticos y democráticos, así como el colaborar e integrarse en comunidad para lograr la transformación social.

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

Hablando de manera general hubo actividades muy significativas para trabajar el desarrollo de relaciones positivas con la comunidad educativa. Así como estrategias que favorecen la escucha activa y la empatía, que ayudan e inciden en el manejo de conflictos emocionales de manera asertiva.

Dentro de las actividades que me parecieron más significativas destaca la número 1 (respiración sintiente) ya que esta estrategia permite la relajación y el aprender a escuchar tus emociones que pueden afectar tus relaciones interpersonales.

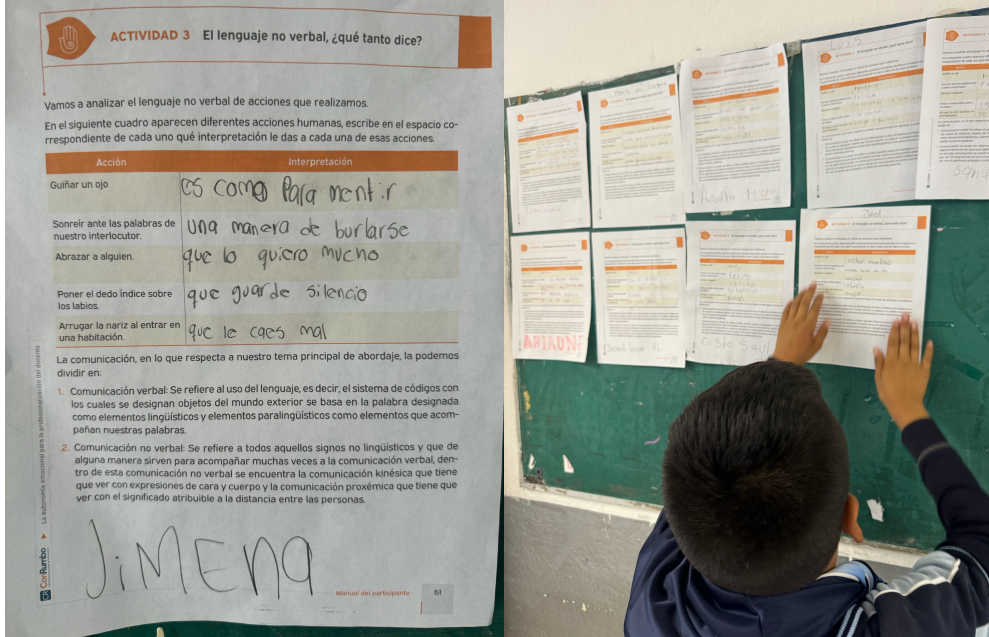
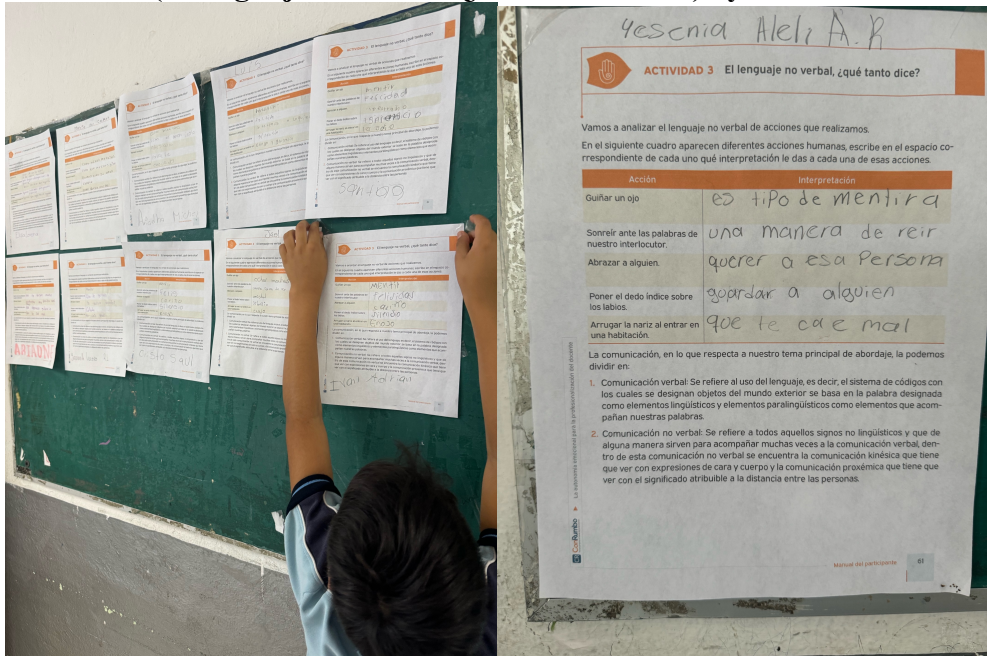
También me gustó mucho la actividad número 3. (el lenguaje no verbal, ¿qué tanto dice?). en la cual los alumnos identificaron diversos tipos de comunicación, características, similitudes y diferencias y cómo llevarla de manera asertiva con los demás.

Otra actividad que me gustó fue la número 5(el dragón y la tortuga) en donde pudimos identificar los diferentes tipos de comunicación (agresiva, pasiva, asertiva) así como la importancia de la autorregulación de las emociones.

Dentro de las actividades permanentes, estamos tratando de implementar algunas estrategias para continuar trabajando la comunicación asertiva en la búsqueda de soluciones pacíficas a los problemas cuando se nos presentan.

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

La actividad que se llevó a cabo con mi grupo fue la número **actividad número 3. (el lenguaje no verbal. ¿Qué tanto dice?).** y la número



Rúbrica PTP 2

Instrumento para evaluar PTP del módulo 2					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.				x	
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.				x	
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.				x	
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				x	