



Docente: Mariano Manuel Castro Solorzano

Telesecundaria 639 "Leona Vicario Fernández

CCT 11ETV0714X

Pocitos de Corrales, Comonfort, Guanajuato.

Grado y grupo que atiendo: 1° "A"

Taller: La autonomía emocional para la profesionalización docente.

Proyecto de transformación personal (PTP) 2da parte



Pensamientos y emociones de las actividades realizadas.

Durante esta modulo dos se han vivido varias emociones positivas ya que a través de la dinámicas de la gratitud me di cuenta que soy una persona poco agradecido con las pequeñas cosas que la naturaleza tiene; por ejemplo un árbol, el cielo nublado, un suelo húmedo, el olor después de haber llovido, el amanecer y atardecer; que son cosas que la vida nos da a diario pero como soy una personas que me enfoco mucho en otras actividades se me olvide de estos pequeños detalles, que si me dedicara unos diez minutos a observar mi alrededor me permitiría entrar en una meditación y llegar a una tranquilidad en los momentos de estrés. Por otro lado con los tipos de comunicación (agresiva, pasiva y asertiva), detecte que en mi vida practico estos tipos de comunicación, por ejemplo en la comunicación pasiva me lleva a muchas inseguridades y al temor yaqué muchas veces cuando estoy con una persona de autoridad me reprimo mis comentarios porque pienso que voy a lastimar a la persona con mis palabras o que mis ideas no son correctas y dijo puras tonterías, muchas veces me pasa esto porque cuando era niño mi padre siempre me gritaba cuando expresa mi opinión o me mi comentario estaba en un error por tal razón mi inconsciente cree que la personas van reaccionar igual de molestos cuando expreso mis ideas.

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

La comunicación asertiva la llevo a cabo cuando estoy con mis familiares o amigos de confianza porque me dan la seguridad de compartir mis experiencias, ideas o mis emociones sin miedo a que me juzguen, ya que yo soy una persona muy poco sociable y me cuesta trabajo relacionarme con la gente, por esos son pocas las personas en las que confié. También con mis alumnos muestro una comunicación asertiva porque siempre debo estar seguro en mis las clases para darles la confianza a mis alumnos de poder expresar sus ideas sin miedo a ser juzgado por equivocarse; pero siendo sincero cuando me gana las emociones negativas (enojo, frustración o el enfadado) aplicado la



comunicación agresiva porque quiero imponer mis ideas y desprecio las ideas de los alumnos inquietos.

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

La mayoría identificaron los tres tipos de comunicación porque a través de las ilustraciones (el dragón, la manita arriba y la tortuga) y la explicación de la tabla comparativa los estudiantes reconocieron la forma en que expresan sus ideas ante lo demás, la mayoría de lo estudiante se dieron cuenta que no son asertivos porque muchas veces tratan de encajar con los demás y aunque no están de acuerdo tienen que decir si por el miedo a ser rechazado en un grupo social, otros compartieron que son pocas las personas con la que realmente son genuinos porque en ellos estas el temor a que se burlen de ellos por ser realmente lo que son, por eso se comportan de diferente forma dependiendo de con quien convivan. Al realizar las actividades donde se involucren las emociones te das cuentas la falta de atención que los chicos tienen tanto en su hogar o con sus padres, por eso para ellos la escuela es el único de refugio que tiene para expresar sus ideas y se sienten entendido.

Describe para ti las actividades mas significativas de este segundo modulo y como hasta ahora las pones en practica

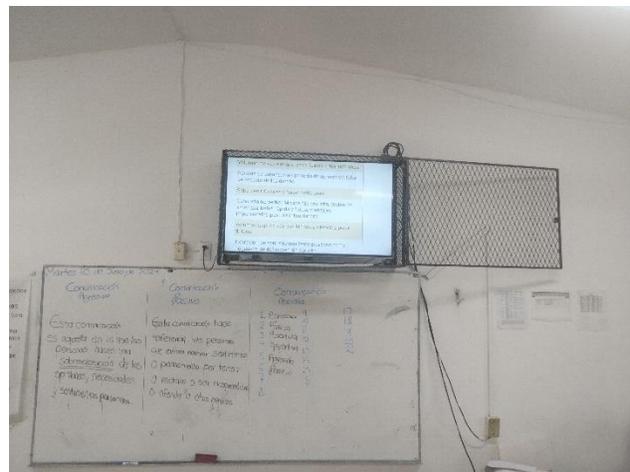
Las actividades 12 los hijos son reflejos de los padres se me hizo una actividad de reflexión en mi labor docente, porque me hizo sentir mal porque cuando yo cito a una madre de familia para hablar sobre el desempeño de su hijo, yo solo le hablo de la conducta negativa que el estudiante tiene en el salón clases, no priorizo las virtudes que el alumno tiene o los logros adquiridos en el periodo porque no todo es malo en el estudiante también tiene muchas cosas positivas. Por eso para el próximo ciclo escolar en las reuniones daré a conocer los logros y las virtudes que he identificado en sus hijos para que la mama vea que no solo se cita a las reuniones para darles quejas.



La actividad 7 “¿Por qué es importante escuchar?”

Esta actividad me hizo comprender que la actitud con la que iniciamos las clases es la actitud con la que nuestros alumnos van estar todo el día, porque como lo compartían en el video nadie le tiene confianza a una persona que no sonrío, quien quiere estar con una persona con la cara de amargado, por eso muchos de mis estudiantes no me tienen la confianza de compartir algo porque siempre mis rostro transmite que estoy enojado, por tal razón hoy comencé con una sonrisa para transmitir buena vibra aunque me costo trabajo por no estar acostumbrado, también me puse en la puerta de la escuela saludando y preguntando, que tal su fin de semana a cada uno de mis alumnos, muchos se quedaron como que onda por son actividades que no hago a menudo.

Evidencias fotográficas o en un audio de las actividades realizadas y descripción de cada una





DOCUMENTO ENTREGABLE personal (PTP) 2DA parte

Proyecto de transformación



Caribú Beasus Montevideo de Mayo del 2024
Tipos de comunicación

Comuni: Comunicación Agresiva
Esta comunicación es aquella en la que se hace referencia a las personas que están sobre ellas, que por tanto nos hacen una mala impresión, de las opiniones, necesidades y sentimientos personales.

Comuni: Comunicación Pasiva
Esta comunicación hace referencia a aquellas personas que realizan cuando están mostrando sus sentimientos o pensamientos, pero no se permiten hacer rechazos o no se dan cuenta de que están rechazando a otras personas, nos infravaloramos y nos sentimos inseguros.

Comuni: Comunicación Asertiva
Esta comunicación importante es aquella que es propia y en la que se debe tener en cuenta a los demás, es decir, se expresan sentimientos, necesidades y se evita cualquier conflicto.

Clasifica las frases según el tipo de comunicación (agresivo, pasiva y asertiva) al que corresponde

1. Agresiva	8. Pasiva	15. Pasiva
2. Pasiva	9. Asertiva	16. Agresiva
3. Asertiva	10. Pasiva	17. Asertiva
4. Agresiva	11. Asertiva	18. Agresiva
5. Asertiva	12. Pasiva	19. Pasiva
6. Pasiva	13. Asertiva	20. Agresiva
7. Pasiva	14. Pasiva	21. Pasiva

Tipos de comunicación

Comunicación Agresiva
Esta comunicación es aquella en la que se hace referencia a las personas que están sobre ellas, de las opiniones, necesidades y sentimientos personales.

Comunicación Pasiva
Esta comunicación hace referencia a aquellas personas que están mostrando sus sentimientos o pensamientos, pero no se permiten hacer rechazos o no se dan cuenta de que están rechazando a otras personas.

Comunicación Asertiva
Ser abierta a las opiniones de los demás, la misma importancia que a las propias partes del respeto a los demás, expresar sentimientos, necesidades y de forma directa, honesta y honesta.

Clasifica las frases según el tipo de comunicación (agresivo, pasiva y asertiva) al que corresponde

1. Agresiva	8. Pasiva	15. Asertiva
2. Pasiva	9. Asertiva	16. Asertiva
3. Asertiva	10. Agresiva	17. Asertiva
4. Asertiva	11. Pasiva	18. Agresiva
5. Asertiva	12. Asertiva	19. Pasiva
6. Pasiva	13. Asertiva	20. Pasiva
7. Agresiva	14. Pasiva	21. Pasiva

Monte José
25/6/2024

El video trata de que si quieres ser médico pero no lo debes ser lo que el género y la persona es crucial pero solo va a ser cuando se siente.

Se trata de una niña y un señor que venden casitas para animales y lo niño que dice que con un animalito se molestará el señor pero luego le iso una casita y se hicieron amigos.