



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Este módulo fue realmente enriquecedor para mí, reflexione en tantos aspectos que en algún momento de mi vida deje pasar por alto respecto a mi autoestima y que me llevaron a dañarme, di durante este curso mis emociones han sido un maremoto con este tema lo fue aún más, no puedo negar que recordé la situación que viví hace cinco años, me dio mucho coraje porque en esa etapa mi autoestima estaba en el piso y alguien que estaba junto a mí se aprovecho de esa situación para hacerme daño y yo no hice nada para evitarlo porque no sabía que tenía un problema, después de algunas hechos tuve que tomar decisiones para seguir adelante y aun recuerdo el miedo que sentí de no poderlo lograrlo, pero después de acudir a terapia, sanar mis heridas y trabajar en mi autoestima, hoy puedo decir que estoy feliz de la vida que tengo, mi autoestima esta fortalecida a tal grado que me pueden intentar menospreciar o decirme que me veo mal o cosas así y pues la verdad es que ya no me causan ningún daño, porque hoy se quien soy, lo que valgo, lo que puedo lograr y lo amo lo que tengo.

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

A mis estudiantes siempre los recibo con la pregunta ¿Cómo están? Y en un inicio solo respondían bien, después les pregunto ¿Bien qué? En un inicio se quedaban callados, después dijeron; guapos, trabajadores, inteligentes, felices, contentos, y así poco a poco la lista de adjetivos ha ido en aumento y eso considero que los hace tener confianza en ellos y lo que pueden lograr, además que siempre trato de reconocerles su trabajo y los talentos propios de cada uno.

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

Mis estudiantes poco a poco van reflexionando en lo importante de tener su autoestima bien y cuidarla, ahora saben que el decirles no sirves para nada no es verdad, porque son buenos para muchas cosas, reconocen que el trabajo es la base para el crecimiento en todos los sentidos y se esfuerzan por superar en su mayoría sus logros, aún me quedan cuatro pequeños que no han logrado fortalecer su autoestima pero dos de ellos faltan constantemente y los otros dos traen un problema emocional muy fuerte, mismo que se están buscando los apoyos para que logren superarlos.

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

La actividad del regalo para mi fue una mega actividad, porque en ella los niños se reconocieron, valoraron y se aceptaron tal cual son. Este tipo de actividades conlleva a que los chicos se detengan a observarse detenidamente, identifiquen que ellos son valiosos por el simple hecho de ser ellos, que tiene muchas cualidades, que eviten compararse con alguien más y que hagan las paces con ellos mismos. Esta actividad la hice hace unos cuatro años atrás y de verdad me costó mucho aceptarme, valorarme, amarme y demás, pero a mis peques después de la sorpresa les fue fácil decir sus cualidades y aceptarse como un individuo con un gran valor.

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

Se entrego el regalo al grupo

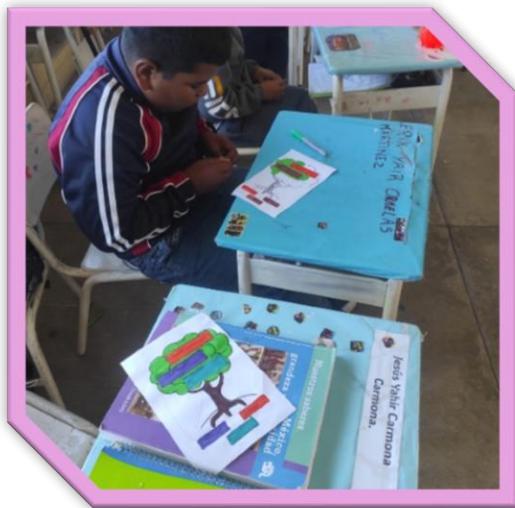


Después se les mostro de alumno por alumno, el espejo fue pequeño dentro de una estrella, porque les dije que iban a ver a alguien que era muy buen estudiante, pero que la única regla era no decir a quien vieron dentro de la caja, al retirarse de la caja todos llevaban una sonrisa.



### Un paseo por el bosque

Se les entrego a cada uno de los niños una impresión de un árbol, en la raíz escribieron tres cualidades que los hacen únicos y en las hojas escribieron que logran con esas cualidades con los que los rodean.



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