



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

Para este trabajo se puso en práctica la actividad “Veo y siento qué es” y la actividad “El aula de las palabras amables”. Donde los alumnos en algunos momentos se desesperaban por describir los objetos pues no lograban conectar las ideas con sus compañeros, pero estas mismas emociones cambiaban cuando veían el resultado final de lo que había descrito. En la actividad de las palabras amables los alumnos estuvieron con emociones positivas pues mencionaron que no esperaban esas palabras o frases por parte de sus compañeros.

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

La actividad más clara de la comunicación asertiva fue la de “Veo y siento qué es” pues pusieron en práctica un canal de comunicación donde intercambiaron el diálogo descriptivo para lograr una imagen que pudiera o no ser la esperada, pero al final de todo lo importante fue que conectaron y compartían un mismo objetivo. La segunda actividad se apoyó de la comunicación escrita y que influyó para que la mayor parte del tiempo sus emociones se proyectaran positivas en el grupo y esto hizo que desarrollaran sus actividades con más motivaciones.

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

A partir de las acciones que se va trabajando con las emociones, en la comunicación asertiva dentro del grupo, ha sido un proceso gradual que no se logra de un día a otro pero se notan los cambios en el grupo por realizar ejercicios de practicar la calma, el diálogo y el conocer e identificar las emociones, si estas actividades se siguen practicando se verán poco a poco más avances en grupo y en cada alumno.

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

De manera personal las actividades que más me han agradado son en primera instancia la detección de mis emociones y los canales de comunicación que tengo con los estudiantes que las debo de identificar como agresiva, pasiva y asertiva, reconociendo e identificando las características de cada una de ellas, los videos me han sido de gran apoyo pues brinda herramientas, sugerencias y estrategias para el manejo de las emociones con quien estamos en el día a día trabajando y permiten que al identificar las emociones poco a poco se vayan mejorando los resultados en sus trabajos de aprendizaje lo cual se da por consecuencia cuando logras identificar y trabajar sus emociones.

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



Se llevo a cabo la actividad “el aula de las palabras amables” donde primero se concientizó a lo alumnos sobre la importancia de todas las cosas buenas que tienes como seres humanos y que muchas veces no ven pero otros lo perciben, se solicitó estar en calma siguiendo la actividad ya conocida, se les explicó la actividad y comenzaron a escribir entre ellos, al principio se veían un poco inseguros pero poco a poco fueron tomando confianza y fue fluyendo de manera favorable el trabajo, al finalizar se les preguntó por cómo se sentían, donde contestaban que no esperaban que los demás los reconocieran así, lo que les hizo sentir felices y contentos, se generaron emociones positivas y por lo tanto se concluye que la actividad fue favorable para fortalecer la percepción que tienes los otros de cada uno de ellos y cambiar la idea propia.



En esta segunda actividad de “veo y siento ¿Qué es?”, se les pidió estar en calma se les explicó como se debía desarrollar la actividad partiendo de reunirse con un compañero o compañera para pasar al frente y sentarse, dadas las instrucciones comenzaron a pasar al frente y realizaron la actividad, donde se colocaban de espaldas, mientras uno describía el otro dibujaba, como resultados se obtuvo que algunos alumnos se desesperaban por no descubrir el objeto, los que estaban observando querían dar la respuesta cuando escuchaban la descripción, otros se ponían nerviosos por temor a equivocarse aun cuando se les hizo saber que no había errores solo ideas de concepción de objetos, poco a poco fueron relajando sus emociones con las que iniciaron la actividad, tomaron confianza en sus participaciones y los espectadores comenzaron a desarrollar las actividades de manera relajada y con mucha confianza, al final comentaron que al principio comenzaban a sentir miedo, coraje por no coincidir palabra con dibujo, pero al no haber burlas y ver que no había errores comenzaron a sentirse cómodos, relajados y poco a poco cambiaron sus emociones de negativas a positivas.

### Rúbrica PTP 2

<b>Instrumento para evaluar PTP del módulo 2</b>					
<b>Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión</b>					
	<b>Insuficiente</b>	<b>Suficiente</b>	<b>Satisfactorio</b>	<b>Destacado</b>	
<b>Indicadores</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>Observaciones</b>
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	