



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Sentí una gran satisfacción al observar el progreso y la participación activa de los estudiantes en las actividades. Ver cómo se desenvolvían y compartían sus experiencias me hizo sentir que el esfuerzo invertido estaba dando frutos. Estoy muy orgullosa tanto por mis estudiantes como por mí misma, al ver cómo aplicaban las estrategias de comunicación asertiva que aprendimos. Fue gratificante verlos interactuar de manera respetuosa y efectiva. Durante las actividades, experimenté una profunda empatía al escuchar y comprender las experiencias y emociones de los estudiantes. Me permitió conectarme mejor con ellos y adaptar las actividades para satisfacer sus necesidades emocionales.

2. ¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo? Promoví la comunicación asertiva mediante varias estrategias específicas:

Constantemente modelé una comunicación asertiva durante las actividades. Mostré cómo expresar mis pensamientos y sentimientos de manera clara y respetuosa. Implementé actividades de Juego de Roles donde los estudiantes practicaban cómo manejar diferentes situaciones de manera asertiva. Esto les permitió ensayar y recibir retroalimentación en un ambiente seguro. También establecimos y revisamos normas de comunicación asertiva al inicio de cada actividad. Estas normas incluían escuchar activamente, no interrumpir, y expresar opiniones de manera respetuosa.

Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué? Mis alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva por varias razones:

1. Han observado cómo una comunicación clara y respetuosa mejora sus relaciones con compañeros y maestros. Y son conscientes de cómo disminuyen los conflictos y se resuelven malentendidos de manera más efectiva.
2. Ellos viven personalmente un aumento en su confianza al ser capaces de expresar sus pensamientos y emociones de manera efectiva. Esto les ha dado una mayor sensación de control y autoeficacia.
3. Se han dado cuenta de cómo un ambiente de comunicación asertiva crea una atmósfera de respeto y apoyo en el aula, lo que mejora la colaboración y el aprendizaje.

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

Actividad 1: Juego de roles en Situaciones Cotidianas

Descripción: Los estudiantes participaron en actividades de juego de roles donde representaron diferentes situaciones cotidianas que requerían comunicación asertiva. Por ejemplo, cómo pedir ayuda a un maestro, cómo resolver un conflicto con un compañero, y cómo expresar desacuerdo de manera respetuosa. **Práctica Actual:** Continúo incorporando esta actividad en mis clases, adaptando las situaciones a los desafíos actuales que enfrentan los estudiantes. Esto les proporciona una práctica continua y relevante en el desarrollo de sus habilidades de comunicación asertiva.

Actividad 2: Talleres de Comunicación Asertiva

Descripción: Realicé varios talleres enfocados en enseñar técnicas específicas de comunicación asertiva, como el uso de "yo" en las declaraciones, la importancia del lenguaje corporal, y cómo escuchar activamente. **Práctica Actual:** Utilizo los principios y técnicas enseñadas en estos talleres como parte regular de nuestras actividades de clase. Animo a los estudiantes a aplicar estas técnicas en discusiones grupales y trabajos en equipo.

Actividad 3: Reflexión y Retroalimentación

Descripción: Después de cada actividad, dedicamos tiempo a la reflexión y la retroalimentación, donde los estudiantes compartían sus experiencias y sentimientos sobre cómo se sintieron al practicar la comunicación asertiva. **Práctica Actual:** Mantengo este espacio de reflexión como una práctica habitual. Esto no solo refuerza el aprendizaje, sino que también fomenta un ambiente de apertura y honestidad, donde los estudiantes se sienten seguros para expresar sus emociones y recibir retroalimentación constructiva.

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



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.			*		
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.			*		
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.			*		
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.			*		