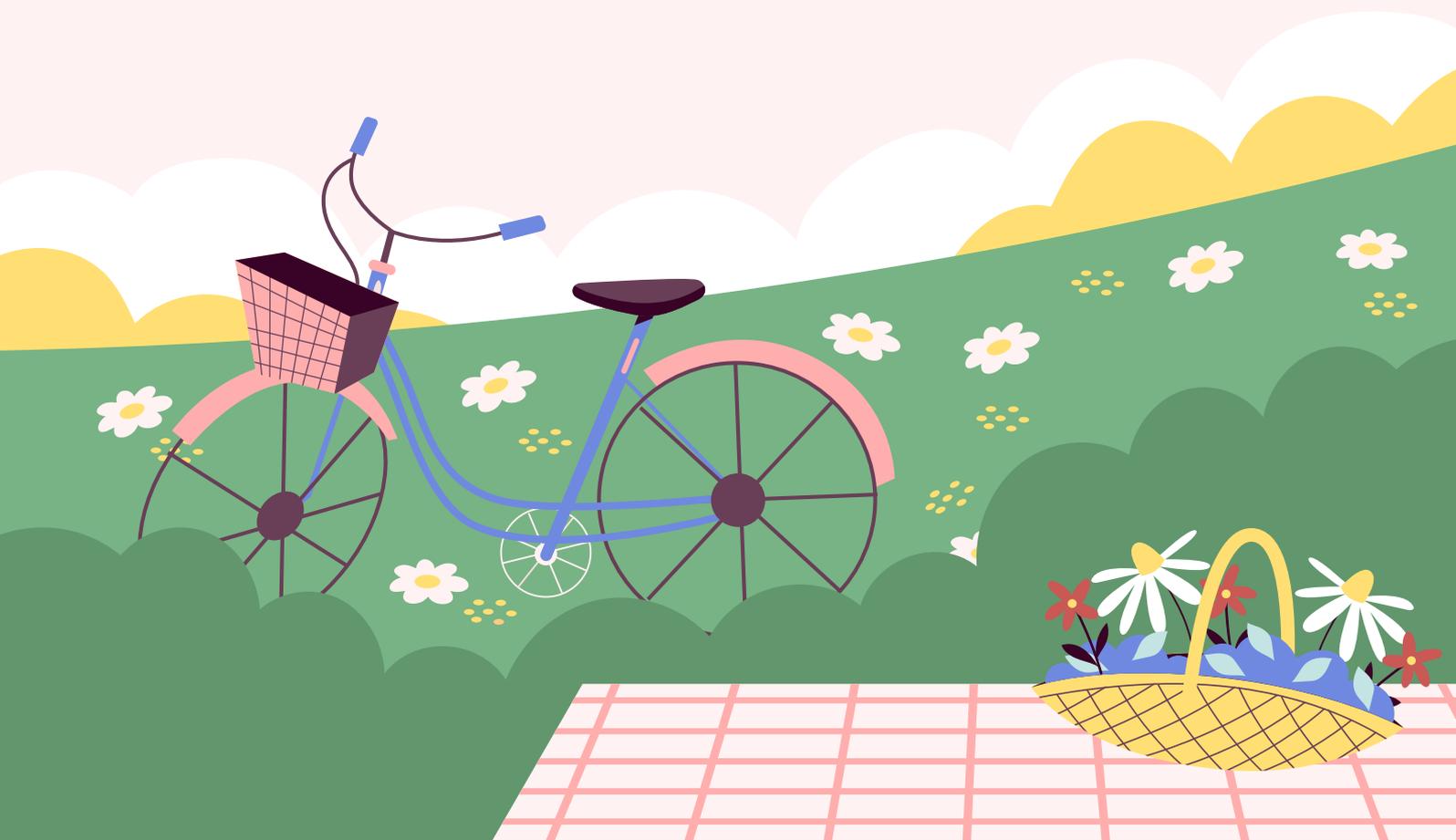


DESARROLLO DE RELACIONES POSITIVAS CON LA COMUNIDAD EDUCATIVA MODULO 2

Laura Concepción Durán Ramírez



ESTRATEGIAS Y ACCIONES EFECTIVAS PARA LLEVAR A CABO en el contexto

Aprender a distinguir con el grupo cuando una comunicación es agresiva, pasiva y asertiva, practicarlo.

Sonreír más y relajar el cuerpo.

Practicando la calma.

De las estrategias antes mencionadas y seleccionadas con cuidado según las características formativas de mis alumnos, comencé a implementar ejercicios de tranquilidad, respiración profunda y relajación del cuerpo como parte del proceso de comunicación a través del lenguaje corporal y no verbal.

A los alumnos les agrada estos pequeños momentos para generar ambientes de tranquilidad y reflexión, como son niños de 7 años seguimos con su proceso formativo de autoconocimiento, reflexión sobre sus emociones y el cómo abordarlas o responder a los estímulos de manera asertiva. Como nos encontramos casi al cierre del ciclo ha fomentado la tranquilidad y el uso del tiempo como espacios de construcción personal.

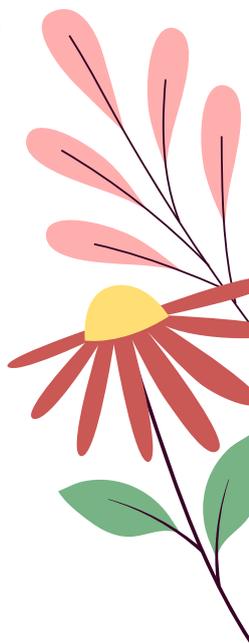
Comencé la presente actividad con relajación y práctica de la calma, ellos escogen la postura que les convoca este sentimiento y son libres de ubicarse donde lo deseen, después, no más de cinco minutos, seguí con la explicación de “Mi dragón, mi tortuga, mi pulgar arriba” y de manera sencilla y que su comprensión fuera clara expliqué que el dragón significaba la forma en que reaccionamos ante ciertas situaciones, que como el dragón respondemos de manera agresiva y no dejamos ni escuchamos a los demás darnos su opiniones o razones de lo que aconteció, que la tortuga es aquella forma pasiva de reaccionar donde parece no importarnos nada, y que preferimos hacer algo que aunque no queremos lo llevamos a cabo para evitar conflictos o sentirnos incómodos, pulgar arriba establecer comunicación abierta sobre lo que nos gusta o nos está molestando, siempre platicándolo con la otra persona y dando razones de nuestra reacción o comportamiento.

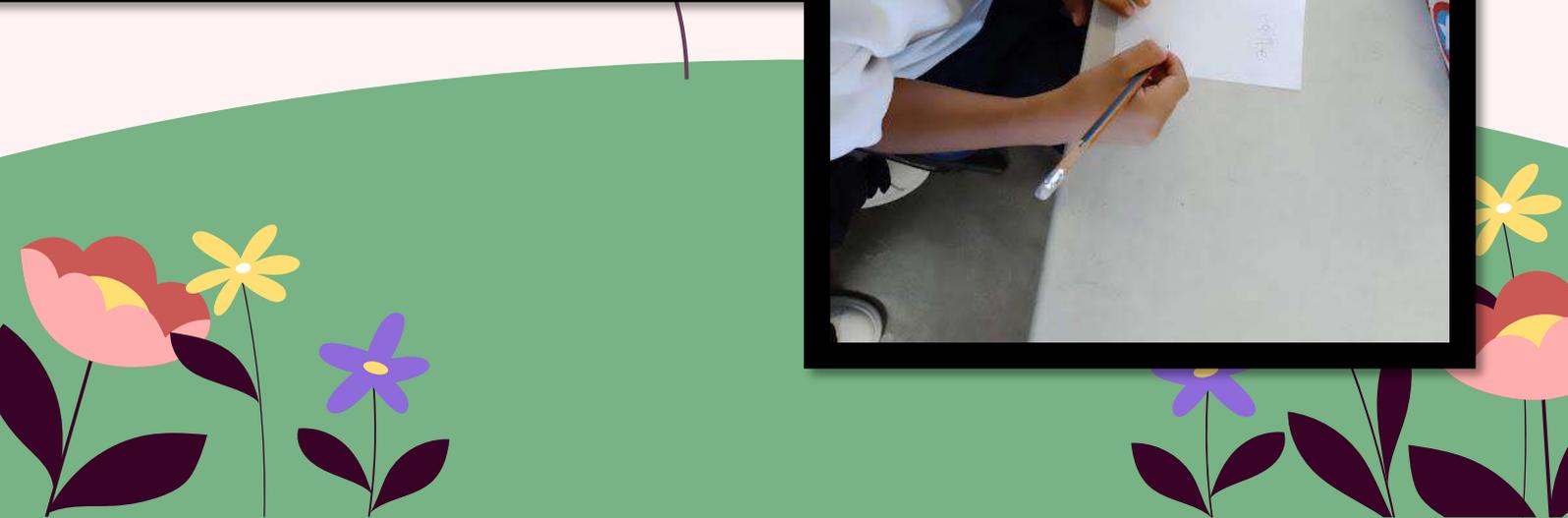
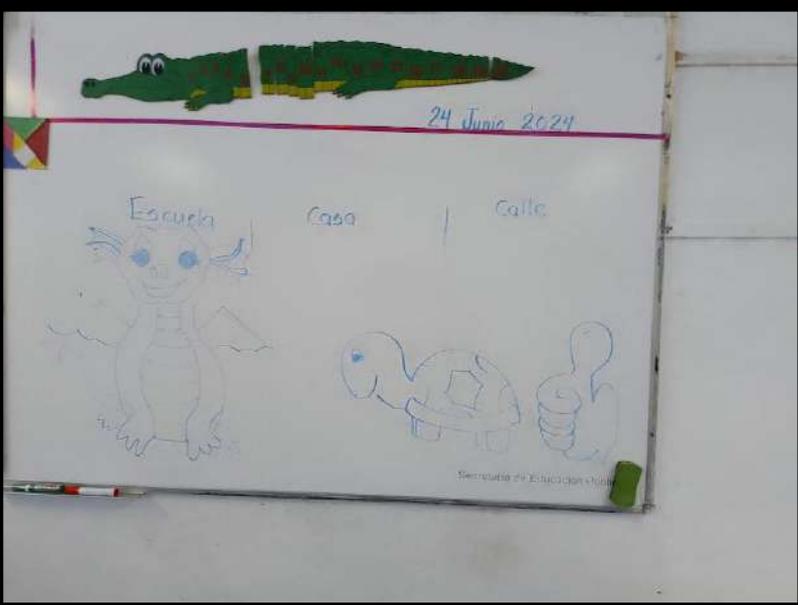
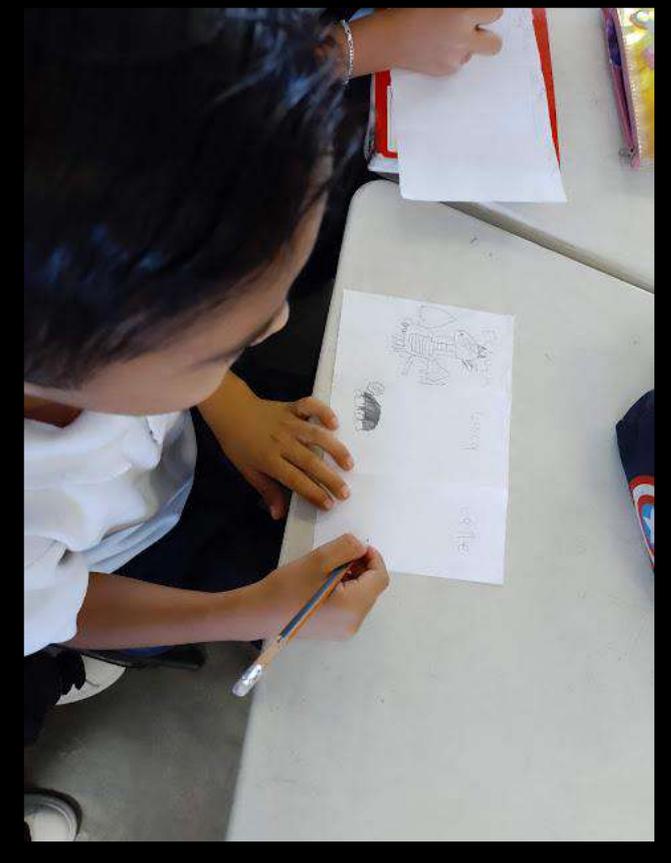
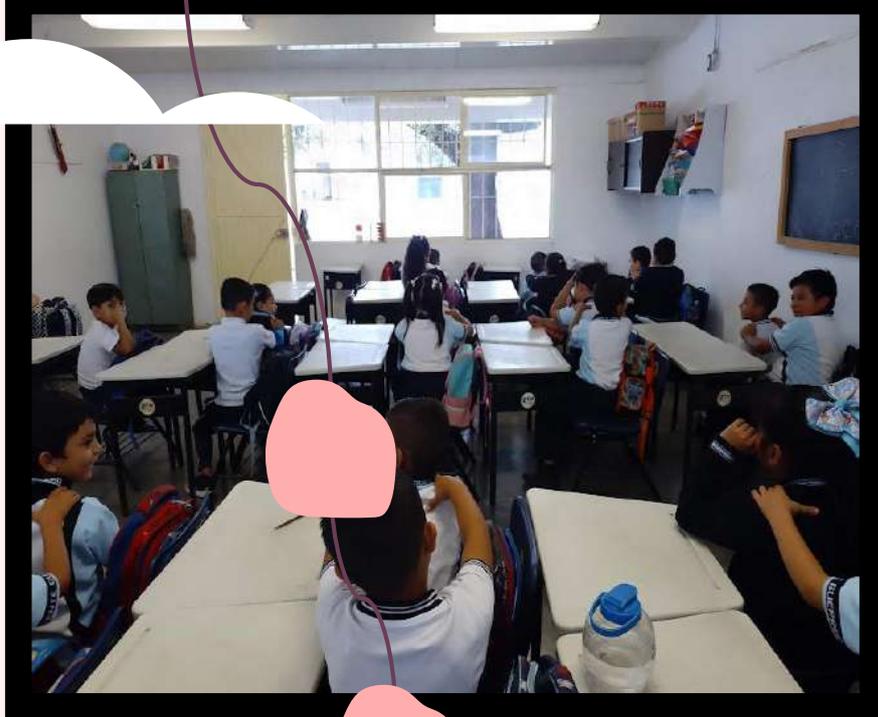


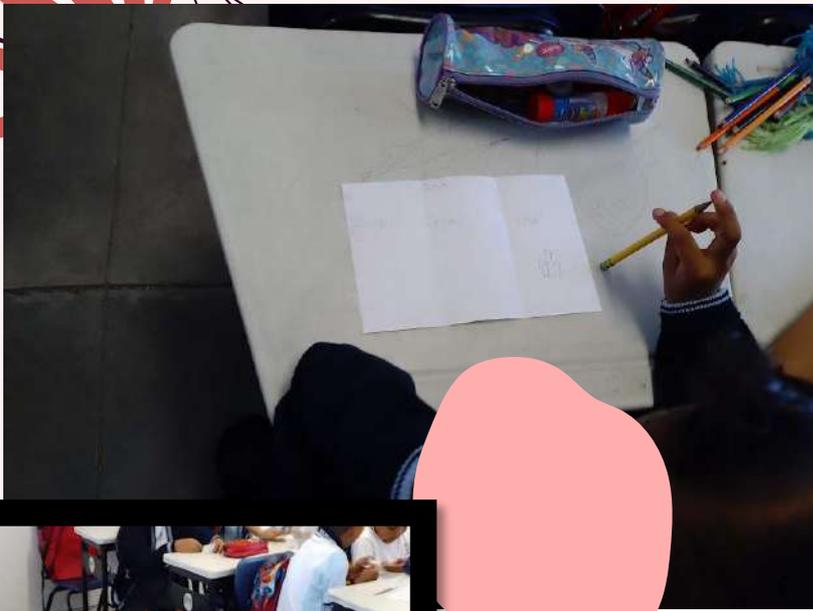
Para esto les entregué a mis niños una hoja dividida en tres partes y con las palabras escuela, casa calle o amigos y les pedí que dibujaran la manera de responder o actuar a las situaciones que se generan dentro de estos tres lugares, que siempre seremos una sola persona, pero que nuestras reacciones pueden ser distintas dependiendo de las personas que estamos rodeadas.

También les dije que hay personas que pueden ser dragón, tortuga o pulgar arriba en un apartado o en los tres, pero que ellos solos debían conocer su reacción en los lugares antes mencionados, el dibujo o la representación de su reacción fue personal, lo que generó en ellos confianza, les expliqué que en algún momento quien deseara exponer de forma personal podría hacerlo, sin presiones ni obligaciones, les dije que en el momento respetaba su confianza. Esto lo hice para que ellos pudieran conocerse y sentirse cobijados primero por el respeto y la confianza, después yo les explique algunas situaciones personales en las que reaccioné como dragón, tortuga o pulgar arriba generando en ellos la escucha de que yo también soy una persona con emociones y estados de ánimo.

Luego les repartí un pequeño papelito donde debían escribir una palabra amable y positiva que le dedicaban a su compañero de lado que reconocieran en el otro como parte de una manifestación positiva en las demás personas. Como algunos conceptos o definiciones no eran claras coloqué una lista de palabras en el pizarrón, expliqué su concepto de manera sencilla y ellos eligieron la que mejor representaba a su compañero de trabajo, la anotaron y las dejamos pegadas en la banca para recordarnos todos los días lo positivo que tenemos y los demás lo ven.

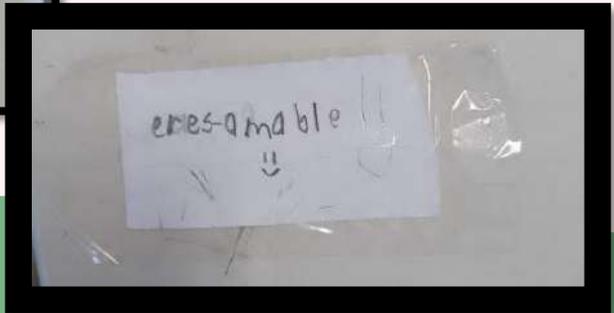
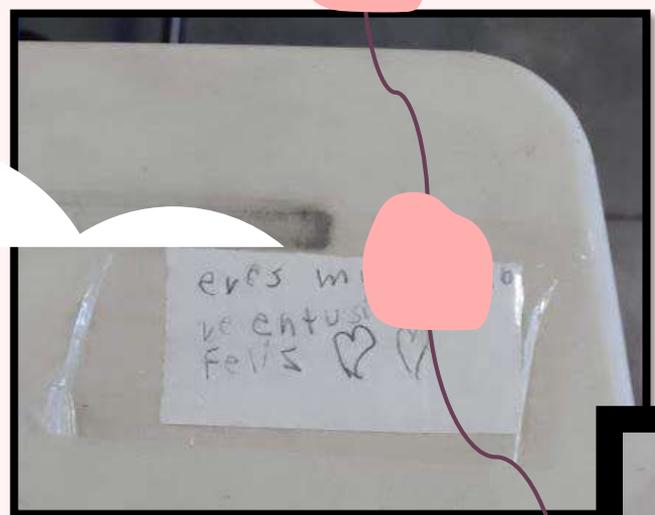
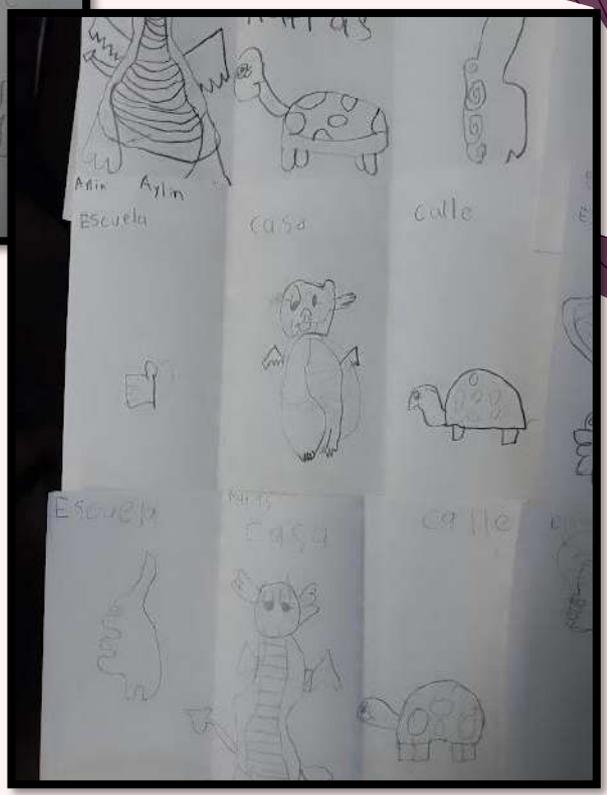
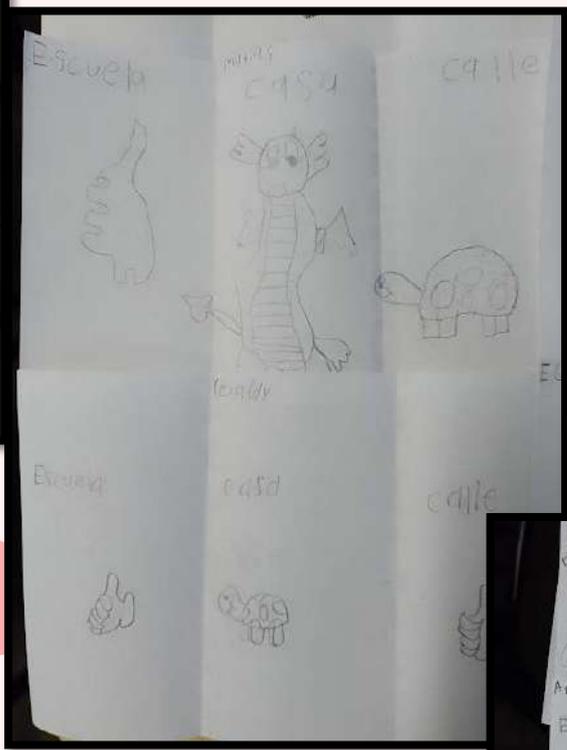






Amables
ayudas agradable
juegas agradece
entusiasta
amoroso
feliz.







DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Primero que nada, trabajaron mejor después de sus ejercicios de calma y relajación, fueron más resueltos y demostraron una comunicación relajada para expresar sus dudas o dificultades con sus actividades cotidianas, sus emociones fluyeron de manera positiva.

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

Usando la comunicación de su sentir de manera clara y resueltos a escuchar y dejarse escuchar, sobre todo que sus reacciones deben buscar siempre la comunicación de su sentir y que los demás también tenemos derecho a escuchar y ser escuchados.

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

Reconocen la importancia de expresar sus sentimientos y emociones dando a conocer al otro cuando están molestos por algo, felices, enojados, o apáticos. pero que siempre debemos decir lo que nos molesta antes que volvernos dragones y resaltar la agresividad o tortugas donde menosprecian su reacción por querer evitar conflictos.

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

Sigo y seguiré usando la respiración consciente, ejercicios de calma, la búsqueda constante de la relajación y sonreír en la medida de mis posibilidades. Seguiré haciendo que sus estancias en mi aula provoquen felicidad y alegría, pero también es válido tu sentimiento o emoción, somos seres humanos y estamos hechos de reacciones, solo buscaré aquellas que mejoren el autoconocimiento y control en mis niños.

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

AL FINAL DE LA PRESENTACIÓN.

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		