



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 1

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

Durante las actividades realizadas me genero mucha confianza y desarrolle mis habilidades empáticas y comunicativas de manera asertiva con los alumnos, conociendo de una manera mas cercana las distintas emociones y sentimientos de cada uno de los alumnos y orientando la manera de gestionarlos y controlarlos

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Conociendo mis diferentes facetas y siendo asertiva en cuanto a la comunicación y forma de expresar sentimientos y emociones, controlando la manera de reaccionar ante diversas situaciones presentes en mi entorno cotidiano.

3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

A través de la comunicación asertiva, en lo personal la relación con mis alumnos es buena y se genera un ambiente de confianza. Pero se presentan algunas situaciones de conflicto en donde he logrado desarrollar las habilidades de solución de los mismos de manera asertiva basada en la regulación de emociones y el saber escuchar los diferentes puntos de vista de los involucrados para llegar a una solución.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Trabajar las emociones es un tema que a muchos se nos dificulta ya que muchos docentes no tenemos la capacidad de trabajar este tema de una manera adecuada y nos detenemos por la opinión y forma de pensar de la sociedad actual, como maestros se nos ha evitado involucrarnos de manera emocional con los alumnos ya que se puede prestar a la mal interpretación de las acciones. Pero con este taller podemos desarrollar estrategias que nos permiten trabajar con las emociones de manera positiva para lograr

una integridad emocional en los alumnos que les permitan adaptarse a las circunstancias de su entorno y contexto.

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

Caras y gestos de emociones. Con esta actividad los alumnos expresaban en colectivo las emociones y sentimientos que tenían a través de gestos y caras, los demás integrantes adivinan la emoción o sentimiento. Expresan el por qué se sienten así y los demás integrantes ayudan a regular esa emoción y expresarla de mejor manera.



## RÚBRICA PTP M1

| Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión   |              |            |               |           |               |
|--|--------------|------------|---------------|-----------|---------------|
|  | Insuficiente | Suficiente | Satisfactorio | Destacado |               |
| Indicadores  | 1            | 3          | 4             | 5         | Observaciones |
| Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades.                               |              |            |               |           |               |
| Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.  |              |            |               |           |               |
| Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto. |              |            |               |           |               |
| Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.                                      |              |            |               |           |               |