



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Me sentí contenta al diseñar y aplicar las actividades con mis alumnos, en estas semanas he aprendido la importancia de valorar y reconocer nuestras emociones, aprender a escuchar, identificar la forma en que nos comunicamos y el impacto que esta tiene hacia los demás y con esta última parte del curso, reconsideré la importancia de la autoestima y como debemos trabajar con ella desde pequeños porque esto nos impacta mucho en nuestra vida diaria; dependiendo como la tenga reflejare mis estados de ánimo a las personas que me rodean; creo que por ello es la importancia de la autonomía emocional.

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

Con las actividades del regalo y su proyecto de vida, en la que pudieron escuchar y expresar como los ven los demás y como se sienten ellos, se dieron cuenta de lo que son capaces de hacer y lo que les gustaría llegar a ser; me gustó mucho compartir la actividad con ellos, porque me involucre y pudieron expresarme todas las cosas lindas de cómo me ven y perciben; me dice una de ellas “en secreto te lo puedo decir”, le respondo que sí y me dice “ a veces eres enojona, pero aun así te queremos” esto me genero risa, alegría y me hizo sentir muy bien, porque tuvo la confianza de expresármelo; le dije “Jade, no me molesto, puedes compartirles a tus compañeros lo que piensas de mi” ella lo expresó y les compartí que en efecto a veces me enojo, pero eso no me hace dejar de quererlos y que está muy bien que me lo hicieran saber, que no es malo decir y expresar las cosas que no nos agradan de los demás, siempre haciéndolo con respeto.

De ahí se animaron a participar más y me gusto que se dijeran cosas lindas para ellos mismos; al principio mostraban mucha curiosidad por saber que había en el regalo por todo lo que yo decía que traía y me sorprendió que cuando lo veían yo preguntaba ¿si es bonito, lo que está adentro? Y todos respondían con una sonrisa que si, a pesar de que en sus expectativas sobre el contenido de éste decían que había infinidad de cosas, animales, juguetes, ropa y demás; les expresaba que quizá alguno podía decir que no era bonito lo que estaba adentro del regalo y todos expresaron lo contrario, sus caritas de gusto fue una satisfacción linda de esta actividad. Al finalizar registraron esas cualidades que reconocieron en ellos y compartimos que les hizo sentir decirse a sí mismo las cosas buenas, que los hacen ser personas especiales.

Y con la actividad del proyecto de persona cada uno compartió lo que le gustaría ser de grande y el porqué de ello, hay quienes tienen más habilidad para expresarse, eso ayuda algunos a sentirse seguros y querer expresar como sus compañeros; así que nuevamente aprenden unos de otros y se enriquece la comunicación, el aprendizaje colaborativo y las relaciones interpersonales. Al finalizar sus participaciones reflexionamos sobre lo que cada uno necesita hacer para lograrlo y convertirse en lo que anhelan; fue una actividad divertida donde la escucha se promovió mucho también.

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

Sí, aunque al principio les costó un poco de trabajo y quizá algunos todavía no lograron comprender el significado del todo; sin embargo comprendieron que es importante reconocer las cosas buenas que tenemos, hacemos y que eso nos hace ser mejores personas; es algo que se debe trabajar constantemente así como el reconocimiento de sus logros, habilidades y esfuerzos y no solo en el aula, sino también en su contexto familiar y para ello me ayudó mucho compartir con los padres de familia los videos y

las fotografías realizadas durante el curso, hubo reacciones de agradecimiento, sorpresa, alegrías y llantos al observar el desarrollo y la comprensión de sus hijos al comunicarse, reconocer las maneras de hacerlo, al observar como expresan sus emociones e identifican las acciones que pueden realizar para regularlas y sobre todo como impacta en ellos una palabra positiva, de aliento y reconocimiento a todos sus logros y conductas.

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

Revalorar mi autoestima, reafirmarme en las cosas que soy buena y en reflexionar mucho sobre aquellas acciones que debo controlar y modificar en mi para ser mejor persona, hablar sobre los tipos de liderazgo, aprender a ser paciente y comprender como ayudar para generar un mejor ambiente de trabajo en mi centro escolar con mis compañeras. El video de naturales también me gustó mucho y me hizo reflexionar sobre la importancia de mi labor docente y lo que puedo impactar en cada uno de mis alumnos, también me hizo pensar nuevamente que todos somos seres humanos, no siempre tendremos la razón a veces podemos equivocarnos, pero darte cuenta y corregir tus errores te hace siempre una mejor persona.

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



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