



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

Pensamientos: Ser positivo y optimista trae como resultado buenas relaciones y mejor sinapsis entre la comunidad educativa, curando el estrés y eficientando el proceso enseñanza aprendizaje.

La emoción de la alegría puede crear una capa protectora para todas las otras emociones que intentan apoderarse de uno con acciones que afectando de manera negativa nuestras personas, fue por ello que el color que le di fue el blanco, porque con una hoja en blanco se puede escribir lo que uno quiera y eso se ve claro y se percibe sencillamente como la transparencia que las virtudes vierten en el ser humano. Empieza tu día con una sonrisa y cosecharás sonrisas, recordemos que nadie es tan pobre que no pueda dar una sonrisa, ni nadie tan rico que no la necesite.

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

A través del diálogo abierto, claro y sencillo, manifestando nuestros sentimientos tal cual son, reconociendo nuestros sentimientos y emociones primeramente uno mismo y después poder aceptar los sentimientos y emociones de los demás.

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

Porque se han dado cuenta que cuando se hablan sin claridad, nadie les entiende y terminan sufriendo sus penas ellos solos y se ahogan con un vaso con agua cuando pueden buscar otras opciones que resuelvan su problemática o cuentan con amigo que les apoye a resolverlos, recordemos que no basta saberlo todo, sino tener el numero telefónico del amigo con quien se puede confiar.

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

Las actividades más importantes para mí fueron donde se habla que debemos aprender a escuchar, a saber observar, ser empáticos para poder tener todos nuestros sentidos en las relaciones interpersonales (maestro -maestro, maestro-alumno, maestro-padre de familia) a fin de ser más humanitarios, comprensibles y tener nuevas formas de comunicación y, por ende, mejores resultados en el proceso enseñanza aprendizaje.

Otro tema que me pareció significativa fue la de la comunicación no verbal que dejamos siempre de lado, para darle preferencia a la verbal, cuando que, realmente, ambas forman una sola, pues nuestras acciones corporales deben tener coherencia con las acciones verbales, sea orales o escritas.

He tratado de ponerlas en práctica, aunque a veces siento que voy contra corriente, porque algunas veces los alumnos no alcanzan a entender que ellos deben también cooperar con su granito de arena para su propio aprendizaje y eso hace que algunos docentes termine diciendo: “con los alumnos y los terroristas no se puede negociar”, es triste pero se vive una tensión de frialdad y de autoritarismo en aras de lo que se llama educación.

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



Aprendiendo que la **empatía y la tolerancia** pueden ayudarnos a vencer retos y obtener resultados positivos, como lo muestra el concurso de “dándole de comer al compañero (a) con los ojos vendados.



Haciendo equipo es como podemos vencer, y se hace equipo conociendo al otro, jalando juntos, sincronizando las fuerzas, lo cual implica esfuerzo, empatía para poder entender que el otro también puede tener debilidades y tolerancia para entender que tiene debilidades y debemos apoyarlo. Pero todo, hacerlo con alegría.



Nada como comer y tomar para un mayor bienestar.

### 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.					
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.					