DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

En cada actividad se fueron desarrollando diferentes emociones, en la primera titulada 4 a la vez y la 2, veo y siento a la vez ¿qué es? pude observar que los alumnos se dieron cuenta de la importancia de reconocer sus emociones para desarrollar la autonomía emocional, por otro lado, al no utilizar la comunicación verbal pasaban de la frustración, desesperación hasta la alegría de lograr comunicarse, además, observé sorpresa cuando lograban el reto, por otra parte, En el caso de la actividad del dragón, la tortuga y pulgar arriba se le dio un giro en el salón pues cada alumno plasmó en tres columnas los momentos en los que se sientes como cada imagen y al termino se generó una reflexión grupal resaltando cual imagen preferían y qué se puede hacer para permanecer ahí, se genero la reflexión general para aplicarlo particularmente, al igual que el aula de las palabras amables, causo la actividad momentos de incertidumbre, sorpresa, alegría y hasta desesperación por saber que les habían colocado sus compañeros, al término vi muchas caritas alegres.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo? Generando un amiente de confianza, abierto al diálogo, resaltando el respeto y la propicia la escucha empática, se les otorgaron ejemplificaciones para facilitar su análisis, como docente me integré en la actividad mostrándome como modelo de emociones, en cada participación se alentaba y se motivaba para fortalecer el autoestima de cada estudiante y los resultados fueron buenos, pues los niños se veían muy motivados, interesados y emocionados por participar en cada actividad, pude observar una gran necesidad de seguir implementando estas actividades de reflexión y expresión de emociones.

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

Creo firmemente que mis alumnos han desarrollado más habilidades, que en el trabajo escolar, los llevarán a desarrollarse al máximo, con los análisis efectuados veo que pueden generarse mejores ambientes en las aulas, lo que puede contribuir a que tengan los estudiantes, un mejor rendimiento que favorezca su aprendizaje, inteligencia emocional, socialización, así como la creación de entornos educativos positivos, es una ardua tarea que como docentes debemos seguir desempeñando para guiarlos en este proceso de educar sus emociones.

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

Me gustó mucho la actividad 7 de aprender a escuchar, porque tengo la convicción de que debes actuar, escuchar y tratar a los demás como te gustaría que te traten, es decir, ser empáticos porque en medida que comprendamos que el mundo que nos rodea merece el mejor trato que nosotros deseamos para sí, es que podremos construir una mejor sociedad, la de mi dragón, mi tortuga y mi pulgar arriba, me hizo detenerme a reflexionar qué estoy haciendo y reflexioné sobre cómo debo modular mis emociones para evitar por estrés caer continuamente en el dragón,

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

1.- La primera actividad que puse en práctica fue la de 4 a la vez, en esta actividad desde el inicio los alumnos estuvieron muy entusiasmados por participar, todos querían estar en el centro y poder reconocer las características y emociones que son específicas de cada compañero, por otro lado, los alumnos que permanecían sentados ponían cara de sorpresa cuando los mencionaban, en otros alumnos era evidente su alegría al ser elegidos.

2.- La segunda fue, veo y siento a la vez ¿qué es?
En esta actividad los alumnos mostraban desesperación al no poder transmitir con palabras sus emociones, incluso llegué a observar enojo y frustración al tratar de comunicarse con los compañeros, al final hicimos la reflexión grupal de la importancia del lenguaje oral y se resalto el apoyo que da el lenguaje por mímica y señas en la expresión de emociones.

3.- La tercera actividad fue el dragón, la tortuga y pulgar arriba, en ella los alumnos identificaron momentos que los llevan a ese estado, comentamos cual les agrada más y qué acciones pueden desarrollar para, mantenerse en la emoción que les agrada más por medio de la autorregulación.

4.- El aula de las palabras amables es una actividad muy efectiva que genera reflexión, alegría, entusiasmo, incertidumbre y sorpresa, al iniciarla se tuvo especial cuidado para que los alumnos se centraran únicamente en aspectos y sentimientos positivos, a fin de que la actividad resultara positiva y no fuera una causa de conflictos al interior del grupo, se agrego la consigna de no escribir 3 veces al mismo compañero para promover la inclusión, así al término de la actividad todos tenían la misma cantidad de palabras y se veían muy contentos leyendo, compartieron su agrado en plenaria.

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.					