



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

En la primera actividad (cuatro a la vez) que implemente con mis alumnos la emoción que sentí al realizarla fue la de alegría ya que los mismos alumnos sabían a la perfección la emoción que uno de sus compañeros representaba perfectamente lo que nos habla que a lo largo de los tres años de convivencia si llegaron a conocerse a fondo entre ellos, la segunda emoción que sentí al aplicar la segunda actividad (veo y siento) fue la de sorpresa ya que la mayoría de los alumnos lograron dibujar el objeto que su compañero les describía lo cual habla del buen entendimiento que hubo de las dos partes, por último en la tercera actividad (el aula de las palabras amables) la emoción que sentí al aplicarla fue la de esperanza ya que los alumnos les escribieron cosas muy bonitas a sus compañeros lo cual refleja al igual que la primer actividad la unión e integración de grupo.

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

En primer lugar, le dicte y explique a mis estudiantes lo que es una comunicación asertiva la cual es la habilidad que tenemos los seres humanos para poder expresar nuestros pensamientos, sentimientos, deseos y percepciones de manera apropiadas respetando a los demás, haciendo valer nuestra voz, deseos y derechos, pero también mostrando respeto por los derechos de los demás; una vez que los alumnos se empaparon un poco con la definición procedí con las actividades en las cuales les dije que pusieran en práctica la escucha activa la cual consiste en poner atención sin interrumpir al otro, en este caso que me escucharan a mí al momento de dar las instrucciones de las actividades, así como las participaciones de sus compañeros en el momento de la retroalimentación, por ultimo cuando alguien quería externar su opinión sobre las actividades o sobre el punto de viste de uno de sus compañeros les indique que lo realizaran de forma respetuosa y empática para evitar así un posible conflicto.

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

Claro ya que se les dio la definición de una comunicación asertiva, se les explico lo que es y además se puso en practica con las diversas actividades que se aplicaron con ellos con la finalidad de afianzar el conocimiento y el aprendizaje de lo que es una comunicación asertiva.

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

Pues no se si una de las mas significativas, pero si una de las que mas pongo en práctica, desde antes de este curso, la cual es la respiración sintiente (actividad 1), en lo personal creo que soy una persona que se estresa con relativa facilidad así que he ido recuperando técnicas para controlarme y regular el estrés y esta es una de las técnicas básicas que uso para mantener el control y relajarme. Otra actividad significativa o que uso cotidianamente y que me gusta analizar es el lenguaje no verbal, por ahí leí que el lenguaje no verbal nos dice mas de la persona que el mismo lenguaje verbal, puedes estar diciendo una cosa y tu lenguaje no verbal puede estar diciendo otra (todo lo contrario) he ahí que me gusta analizar el lenguaje no verbal de las personas con las que interactúo.

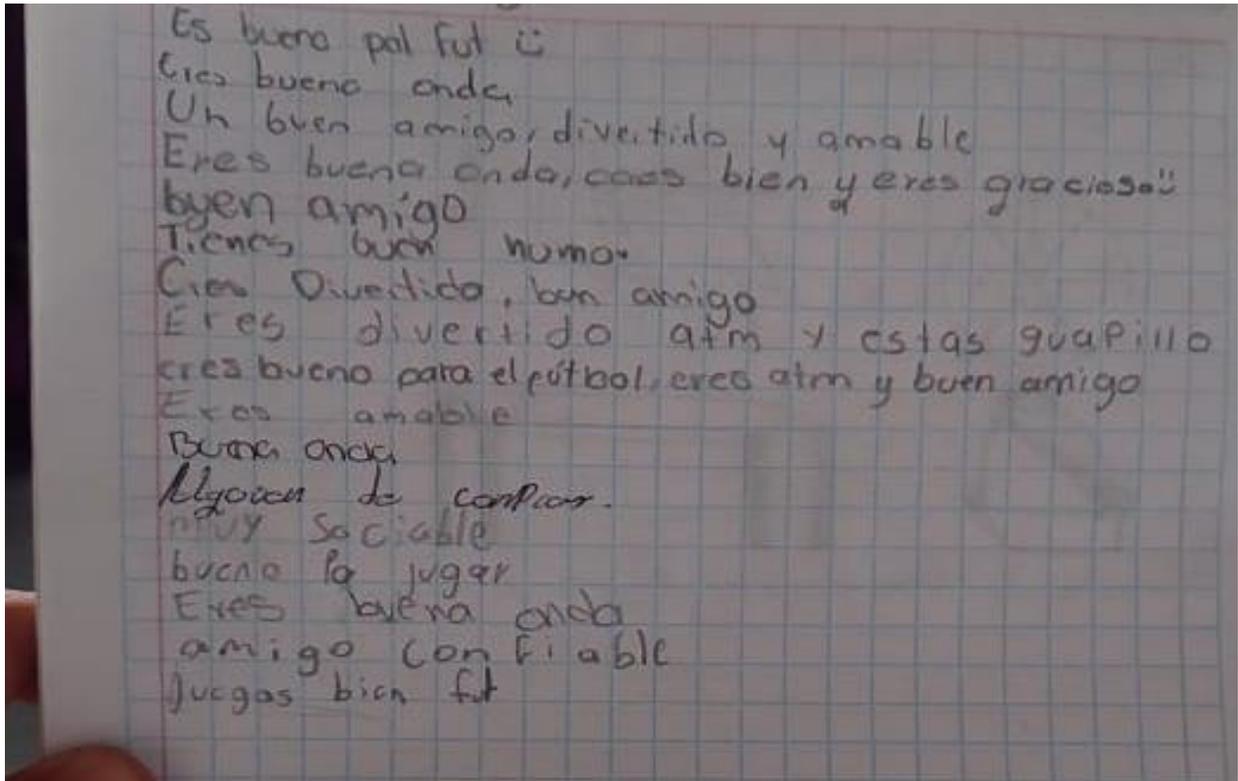
2. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



En esta foto podemos observar parte de la actividad “cuatro a la vez” pero debido a que el grupo era algo reducido decidí hacerlo de “uno a la vez” para darle un poco más de realce a la actividad y valor a la participación de los estudiantes.



En esta actividad podemos observar parte de la actividad “veo y siento” en la cual unos alumnos trataron de describir algunos objetos para que su compañero hiciera un dibujo de la descripción, creo que las descripciones fueron muy buenas pues los alumnos que dibujaron lo hicieron muy bien.



En esta foto podemos ver lo que le pusieron a un alumno sus compañeros como parte de la actividad “el aula de las palabras amables” como se puede ver le escribieron cosas bonitas y le reconocieron ciertas actitudes y habilidades, los alumnos se sintieron muy bien al realizar esta actividad, se llenaron de ánimos.

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.					