



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Me di cuenta de la importancia de la comunicación asertiva en diferentes ámbitos de la vida. Pensé en cómo una comunicación clara y respetuosa puede prevenir malentendidos y fortalecer relaciones, aplicaré las técnicas aprendidas en situaciones cotidianas, tanto en el entorno escolar como en la vida personal, identificando áreas donde he mejorado y otras donde aún necesito trabajar.

Sentí una profunda empatía al escuchar a los estudiantes compartir sus experiencias y emociones durante las actividades. Esto me ayudó a entender mejor sus perspectivas y necesidades. Que gran satisfacción al ver cómo los estudiantes comenzaban a utilizar la comunicación asertiva para resolver conflictos y expresar sus pensamientos de manera respetuosa. Me sentí motivado para seguir mejorando mis habilidades de comunicación y para continuar fomentando estas prácticas en el entorno escolar.

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

La comunicación asertiva se promovió a través de la implementación de actividades que fomentaron la escucha activa, la empatía y el respeto mutuo. Las actividades incluyeron ejercicios de role-playing donde los participantes practicaban expresar sus necesidades y emociones de manera clara y respetuosa. También se realizaron dinámicas de grupo que incentivaron la colaboración y el entendimiento mutuo, asegurando que cada individuo tuviera la oportunidad de expresar su opinión sin temor a ser juzgado.

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

Hoy, mis alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva porque han experimentado de primera mano cómo mejorar las relaciones interpersonales y facilita la resolución de conflictos. Han visto cómo la comunicación asertiva les permite expresar sus pensamientos y emociones de manera clara y respetuosa, lo que conduce a una mayor comprensión y cooperación tanto en el entorno escolar como en sus vidas personales.

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

Las actividades más significativas de este segundo módulo fueron aquellas que involucraron la simulación de situaciones reales de conflicto y su resolución a través de la comunicación asertiva. Por ejemplo, los ejercicios de role-playing y las dinámicas de grupo me permitieron practicar y reforzar mis habilidades de escucha activa y empatía. Hasta ahora, he puesto en práctica estas habilidades al fomentar un ambiente de respeto y apertura en el aula, asegurándome de que cada estudiante se sienta escuchado y valorado.

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



Dado de emociones

En esta actividad, se utiliza un dado con diferentes emociones escritas en cada cara. Los participantes lanzan el dado y deben compartir una experiencia personal relacionada con la emoción que aparece. Esta actividad ayuda a los estudiantes a identificar y expresar sus propias emociones, promoviendo la empatía y la comprensión entre compañeros.

Role Playing

En esta dinámica, los estudiantes se dividen en parejas o grupos y se les asignan escenarios ficticios que pueden incluir conflictos o situaciones cotidianas. Cada estudiante interpreta un papel y practica la comunicación asertiva para resolver el conflicto o interactuar efectivamente. Esta actividad fomenta la práctica de habilidades comunicativas en un entorno seguro y controlado, desarrollando su capacidad para expresar pensamientos y emociones de manera adecuada.



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.			X		
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.			X		
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.			X		
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.			X		