DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

En la actividad 1: "El salón de las palabras amables", esta actividad me dejo un buen sabor de boca, al ver las palabras que cada alumno expresaba hacia sus compañeros, algo que sentí al realizar la actividad fue un poco de tristeza cuando pregunte a los alumnos si sus papás o alguien cercanos a ellos les decían lo maravilloso que eran y más de uno comentaron que no, y alegría a la vez porque vi sus caritas iluminadas cuando alguien les decía que eran guapos, bonitas, amables, inteligentes, buenas personas, etc.

En la actividad 2: "Veo y siento, ¿qué es?", cambie un poco la dinámica y puse a dos alumnos a actuar diferentes emociones, pero sin que dijeran alguna palabra para que sus compañeros adivinarán que emoción es la que estaban actuando y me sorprendió como manejaron su comunicación no verbal, identificando inmediatamente como se siente una persona cuando se siente triste, alegre, enojada o con temor; les deje el mensaje de que todas las emociones son buenas, pero debemos aprender cómo administrarlas para que no nos hagan daño a nosotros mismos y a otras personas.

En la Actividad 3: "El dragón, la tortuga y el pulgar arriba", los alumnos hicieron conciencia de haber empleado en algún momento de su vida los tres tipos de comunicación, especialmente cuando están enojados emplean más la comunicación agresiva, les sugerí que cuando tengan esas situaciones pueden emplear los ejercicios de respiración para llevarlos a un estado de calma, haciendo referencia de que la mejor comunicación es la asertiva para dar importancia a las opiniones propias como a las de las demás personas para evitar conflictos.

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

Pienso que se promovió la comunicación asertiva en todo momento en cada actividad cuando se mencionó que escribieran una palabra amable a sus compañeros, dándole importancia a las cualidades de cada estudiante, respetando a sus compañeros aun cuando hayan tenido alguna situación en el pasado; en las demás actividades cuando se habló de evitar conflictos sin dejar de expresar sus sentimientos, necesidades y deseos de forma directa, abierta y honesta; considero que esto para ellos es muy importante que conozcan, comprendan y apliquen la comunicación asertiva para evitar cualquier conflicto entre ellos en el presente y en el futuro.

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

Si, considero que estas actividades ayudaron a tener mejor conciencia de la comunicación asertiva, inclusive me platicaron de una situación de confrontamiento entre dos compañeros de clase, y aproveche para realizar una actividad pidiéndoles pasar en frente para representar la escena del conflicto y como habían reaccionado ante esa situación, ahora pudieron darse cuentan que si, en su momento no se hubieran comunicado agresivamente; habrían evitado lastimarse con sus palabras y acciones por cosas que no tenían importancia.

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

Para mí la actividad más significativa fue: “El salón de las palabras amables”, donde pude ver como los alumnos no están acostumbrados a recibir palabras amables de sus compañeros, generalmente se hablan con apodos y con palabras hirientes, pero al saber que tienen características agradables, inmediatamente les cambia el semblante, también me impactó mucho el saber que en sus casas muchos alumnos no son valorados por sus padres, por eso la importancia de tener estas actividades en clase para que el alumno conozca su valor y se sienta importante como persona.

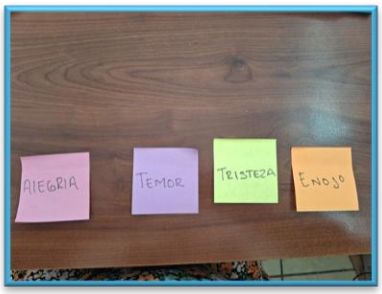
1. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

Actividad 1: "El salón de las palabras amables"

Se entregó a los alumnos una hoja de color para que la pegaran en su espalda, y se les dio la indicación que debían escribir en la hoja de su compañero palabras positivas, características únicas que hacen especial a cada persona, fomentando el respeto hacia los demás. Al finalizar la actividad se les pregunto a cada alumno como se sintió al saber que opinaban los demás de ellos, a lo que comentaron que sintieron muy bonito saber que son esa persona que piensa su compañero, les pedí que por favor pegaran esa hoja en su cuaderno de la materia y que cuando se sintieran desanimados o tristes recordaran esas palabras que escribieron en su hoja.

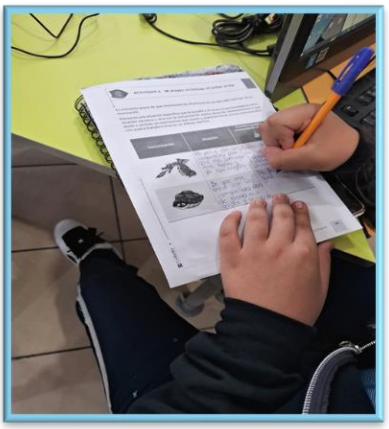
Actividad 2: "Veo y siento, ¿qué es?"

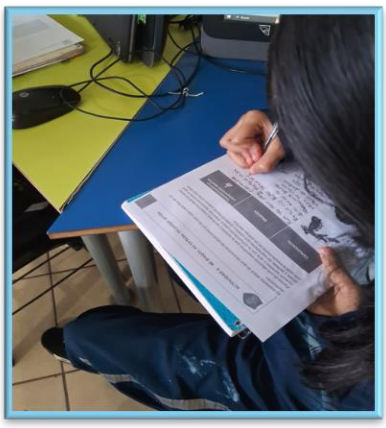
En esta actividad realice papelitos escritos con alguna emoción como: Alegría, Enojo, Tristeza y Temor, en la cual los alumnos tenía que actuar esa emoción sin decir ninguna palabra solo empleando la comunicación no verbal, los dos alumnos que pasaron a uno le toco el papelito de temor y al otro de tristeza, y el grupo tenía que adivinar que emoción estaban representando, al finalizar los alumnos comprendieron que todas las emociones son buenas pero lo importante es saber cómo tratarlas para no llegar a un estado que afecte a la persona o a las demás personas a su alrededor. En esta actividad no tome evidencia porque los alumnos me pidieron que no los grabará, ni tomará foto, para desenvolverse mejor en su actuación, solo adjunto foto de los papelitos que realice para que ellos pudieran realizar la actividad.



Actividad 3: “El dragón, la tortuga y el pulgar hacia arriba”

Se entregó a los alumnos la hoja impresa de la actividad 6 del manual; se les indicó que pensaran en una situación específica que les haya sucedido y en la que experimentaron la comunicación agresiva y otra con la comunicación pasiva, y que describirían detalladamente las expresiones que usaron, lo que sintieron para posteriormente transformarla en una comunicación asertiva, como hubieran reaccionado con la información que ahora conocen, el resultado de esta actividad es que reflexionaran como una comunicación agresiva y pasiva se puede transformar en comunicación asertiva, mejorando las relaciones con los demás, evitando conflictos.





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.					