



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Mucha emoción, asombro, alegría al ver la reacción de mis alumnos, la actividad que se llevo a cabo fue la del regalo, en esta actividad me di cuenta que hubo un impacto positivo ,ya que ellos expresaron lo que sintieron al saber que el regalo más valioso son ellos.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?

Cuando los alumnos pudieron reconocer que son importantes que al verse al espejo se dieron cuenta que tienen muchas cualidades que los hace ser únicos e irrepetibles algunos expresaron y reconocieron frente al grupo esas cualidades.

3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?

Reconocen que es y lo importante que es trabajar en tener una autoestima, el como los hace sentir emocionalmente reconocerse valiosos y que hacer para tener mejor autoestima, expresaron que en ocasiones le era difícil trabajar en ella pero que la actividad les ayudo a ver una forma fácil de trabajar

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

Cada actividad aporta en cada una de nuestras áreas en las que tenemos que trabajar para nuestro bienestar y autocuidado.

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

Actividad: El regalo

Primero se reunieron los alumnos en equipos les exprese que tenia un regalo, lo pase por los equipos y ellos al tocar la caja, tratarían de adivinar que es, les fui expresando que era un regalo muy valioso, autentico, con muchísimo valor. Después les pedí que se quedaran todos juntos y uno por uno verían el contenido de la caja pero no iban a poder decir nada hasta que todos pasaran , hubo muchas expresiones faciales de asombro de nostalgia, al final expresaron lo que vieron el espejo , reconociendo sus virtudes, lo especial que son y todas las cosas positivas , por que se les dijo que solo dijeran lo positivo que vieron en el espejo.

