



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

“Mi objeto preciado”, este fue el nombre de mi pequeño proyecto que llevé a cabo con mis alumnos, quiero narrar que durante este “hermoso viaje” en este taller de reivindicación, el cual yo lo llamo de esta forma, ya que me ayudó mucho a darle un giro a un problema y verlo como una oportunidad y comprender que el ser un buen maestro es importante, pero es más importante ser un buen ser humano y lamentablemente muchos aquí reprobamos. Bien continuando con mi pequeño proyecto de “Mi objeto preciado”, este proyecto lo diseñe pensando en que los alumnos llevaran un juguete o algún peluche o carrito que les causara felicidad y así fue, los niños estuvieron muy contentos en clase, lamentablemente yo como tengo una situación emocional-laboral, me cuesta mucho trabajo liberarme del miedo de estar en otra posible situación de convivencia escolar, las cuales son muy desgastantes, por esta cuestión debo pues limitar la actividad a que los niños no generen algún tipo de ruido, es inevitable porque ellos son muy felices con sus objetos preciados, sin embargo tampoco la escuela donde me encuentro laborando, “se presta” a esto, por tal motivo debo censurar o limitar mis actividades de tipo humanista, durante 3 años las he tenido que limitar o censurar, ya que desde indicaciones directivas así me lo pidieron, sin embargo cuando aplico estas actividades a mi me fascina porque recibo palabras de cariño y muestras de cariño de mis alumnos y me dejan con una gran sonrisa, como con este proyecto de “Mi objeto preciado”. El cual comenzamos el lunes, donde los niños realizaron una carta a un ser querido o alguien que quieren. Al leer sus sentimientos, mi sentir fue el de alegría, incluso el de sorpresa, ya que muchos niños agradecían de una forma muy emotiva usando sus propias palabras, por otro lado también sentí una gran tristeza, ya que un niño escribió: “yo le quería dedicar esta carta a usted, pero como hace tiempo nos pidió que ya no le escribiéramos cartas y que solo nuestra relación fuera profesional”, puf en ese momento sentí mucha tristeza, me puse a reflexionar que como maestros muchas veces reprobamos en la materia de ser buenos seres humanos. En este caso me di cuenta que yo

con mi grupo he reprobado en esto, de la misma forma me dio mucha satisfacción cuando entre ellos se compartían la carta y lloraban o se abrazaban, ver esto por parte de mi grupo me ha llenado de mucha satisfacción, lamentablemente me encuentro en un contexto laboral en donde piensan que realizar este tipo de actividades es una forma de “rebajarse al nivel de los niños”, cuando realmente es “hablar su propio lenguaje”, esto me ayudo a sensibilizarme, a ser más humano, a reflexionar que yo trato con seres humanos y no con números, ni calificaciones. El día martes llevamos a cabo collage de “nuestras familias”, el cual fue muy bonito ver los collages de las familias de mis alumnos y como ellos se sentían felices, como ellos plasmaban su felicidad, fue inevitable no pensar en mi familia que desde hace 6 años vivo lejos de ellos, sin embargo los niños mostraban agradecimientos por estar con su familia, lo que me hizo tener mayor empatía hacía ellos y el día de hoy finalmente terminamos con “el objeto preciado”, los niños llevaron su objeto preciado, paradójicamente yo estaba enojado porque los niños hablaban mucho de su objeto preciado y yo quería que el grupo estuviera “callado”, me di cuenta que para esta actividad la estabilidad emocional tenía que empezar por mí, fue de esta manera como recurrí a mi diario para escribir mi sentir y luego me tranquilicé y pude llevar a cabo la actividad, los niños jugaron con sus objetos, hicieron mesas de equipo para jugar y sonreían, les gustaba, muchos de ellos me dijeron que no se sentían ni en la escuela, sin duda alguna estos chicos me han dado muchas lecciones, me han ayudado a humanizarme más, últimamente la cuestión del estrés, la frustración y la culpa me han invadido, pero estos tres mini proyectos me han ayudado a conectar más con mi grupo, a hablar su mismo lenguaje.

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

Como lo comentaba en párrafos anteriores, estos últimos días en la escuela me ha servido mucho escribir, tener mi diario, escuchar lives en tiktok de gestión emocional, escribir todos mis logros, verme al espejo y recordarme todo lo que he logrado y no encasillarme en un error, esto se los he compartido a mis alumnos, siempre diciéndoles que no veamos nuestros “defectos”, que estamos tan mal acostumbrados a eso, mejor ahora veamos todo lo bonito que tenemos, claro que esto funcionó para que muchos niños dijeran: “yo tengo un rostro bonito, “mi cabello es hermoso”, “yo soy muy inteligente” y todos esos

autoreconocimientos, sin duda tanto ellos como yo, seguimos trabajando en nuestro autoestima y claro con la autocompasión, no tratarnos de una forma tan dura. En cada actividad de este mini proyecto, les pedí que me dijeran su emoción, su estado de ánimo, incluso se cantaron mañanitas a cumpleaños y todo esto ha venido a sumar.

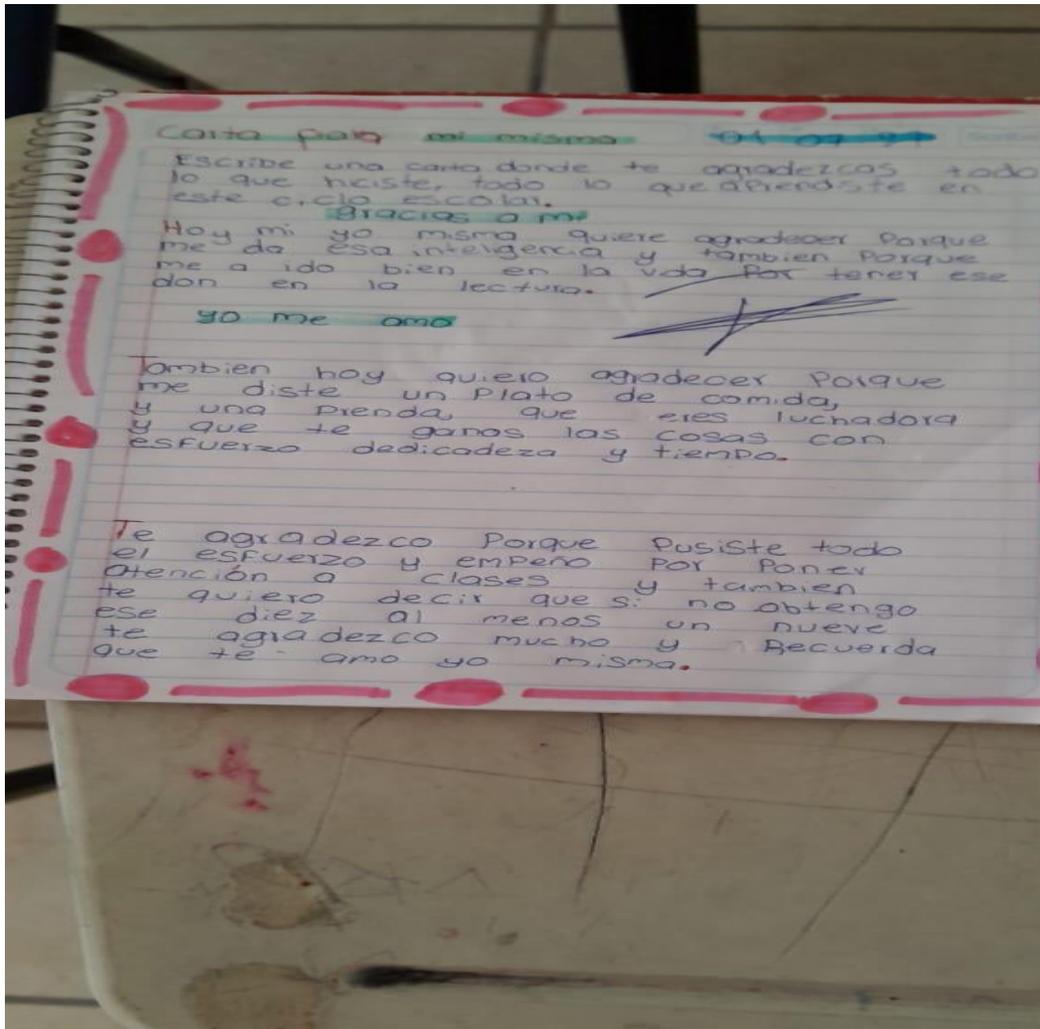
3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?

No puedo decir que la reconocen del todo, ya que primero debo reconocerla yo, debo tener ese autoreconocimiento y después como paradigma transmitírsela a mis alumnos, me quedó mucho con un comentario que me hizo un alumno, cuando regresé de dirección sumamente enojado, me dijo: “maestro recuerde lo que nos comentó, controlé sus emociones”, fue ahí donde me di cuenta que ellos empiezan a reconocer esto y que yo no lo aplicó del todo, entonces esas lecciones que los niños me han dado me han ayudado a mejorar como ser humano, y mi respuestas es aún seguimos trabajando para el reconocimiento del autoestima, pero sin embargo con este proyecto los niños y yo nos hemos dado cuenta que la principal opinión es la que tenemos nosotros sobre nosotros mismos, suena algo rebuscado, sin embargo es una realidad , esto es como “una dosis de medicina para la tos”, todos los días debemos tener ese autorespeto, ese autoreconocimiento, y esa compasión por uno mismo.

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

Considero que una actividad significativa fue “Gracias a la vida”, pues a pesar de las adversidades mis alumnos y yo aprendimos con estas actividades que siempre hay un motivo para llorar , pero hay millones para sonreír y que la resiliencia es algo que nos ha caracterizado, hablo por mis tres grupos que he tenido en esa escuela, al aplicar yo la resiliencia, ellos también se han hecho grupos resilientes y la actividad de cartas al futuro, que aunque como tal los niños no escribieron cartas al futuro, si se agradecieron a ellos mismos y es una manera de ir formando seres humanos que se agradezcan a ellos mismos para que en un futuro tengan ese autoreconocimiento

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



Una carta realizada por una de mis alumnas, en la cual ella menciona que se ama, que se agradece por todo el esfuerzo y empeño por ser una excelente alumna, esta actividad la llevamos a cabo con la intención de que los niños reconocieran todos sus logros y trabajar la autoestima.



“Mi familia”, aquí solicite que cada alumno realizará un collage o retrato con fotos o dibujos de momentos lindos con su familia, esto para llevar a cabo la actividad de “gracias a la vida”, los niños compartieron en plenaria sus collages y surgieron diferentes sentimientos.



“Mi objeto más preciado”, con esta actividad los niños jugaron, se divirtieron, fueron felices y aprendimos que la felicidad esta en las pequeñas cosas de la vida.

## Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar PTP del módulo 3					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
<b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>					
<b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b>					
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>					
<b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>					