DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

_EL PENSAMIENTO ACERTIVO QUE ME DIO ESTE MODULO 2 ES SABER ESCUCHAR, SONREIR, IDENTIFIQUE LAS TRES COMUNICACIONES LA AGRESIVA, PASIVA Y LA AFECTIVA MAS ME RESULTO INTERESANTE VER QUE NO ESTOY MAL POR AGRADECER A MIS PLANTITAS QUE CUIDO Y HABLO CON ELLAS Y PUES NO ESTABA LOCO AL VER QUE EXISTE UN EJERCICIO DE AGRADECIMIENTO HACIA LA NATURALEZA.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo? Se promovió en el saber escuchar a todos y cada uno de mis alumnos y alumnas, en cambiar la enseñanza por otra mas divertida, ya que nos tiramos al suelo para compartir emociones. Reconocimos las emociones que se sienten en diferentes situaciones que han pasado y comentamos cómo hacer para mejorar esa emoción o canalizarla a una emoción placentera por medio de recuerdos positivos.

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

Por reconocer que podemos expresarnos de una manera mas positiva, saber escuchar, saber apreciar el don de dirigirnos como personas correctamente.

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

Saber escuchar, pedir que me escuchen, saber apreciar momentos comunes de la vida que son gratis como leer, escuchar mi corazón, agradecer cada momento y como decía el video que cuando la bola va para arriba o baje hay que respirar. Eso me indica que dejar que mis

emociones tengan un balance de quietud para reconocer la situación en las buenas y en las malas.

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

aquí realizamos la paz con los pies, ya que nos presentamos y la chocamos para realizar la actividad.

En el piso dibujamos caritas de emociones para comentar que me ha pasado, como me sentí y como resolví. Practicamos la respiración y el saber escuchar y que nos escuchen.

comente sobre identificar como la comunicación agresiva, pasiva y asertiva nos hace reaccionar

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**		

Nota: aquí no se si yo lo evaluó con mis alumnos o usted a mi me evalúa