DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Las actividades realizadas con mis alumnos fueron sumamente significativas, tanto para mi como para ellos, darles a los pequeños el espacio preciso para expresar sus emociones y que se sintieran escuchados y entendidos, fue de gran relevancia. Como anteriormente le comentaba a mi asesora, muchas de las veces los maestros nos enfocamos en cumplir con los contenidos y dejamos de lado las emociones y sentimientos de los pequeños. No me había dado la oportunidad de llevar este tipo de actividades con mis alumnos y hoy que lo realicé fue muy conmovedor ver sus caritas de felicidad al sentirse escuchados, en algunos casos el expresar tristeza o enojo por algunas situaciones personales de los pequeños y el simple hecho de darles algún consejo, palabra de ánimo o sentirse escuchados, para ellos fue algo muy significativo.

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Cuando llevamos a cabo la actividad "Volcán de emociones" pude darme cuenta cómo a lo largo de la vida he sido ese volcán y cómo en ocasiones me ha tocado ser el bosque. Siendo volcán cuando no logro canalizar mis emociones y se reprimen a tal grado de explotar y dañar a las personas que más queremos, con un mal comentario, alguna expresión o incluso hasta llegar a lastimar físicamente. Y en ocasiones siendo bosque, cuando al igual que cuando no logro expresar o canalizar mis emociones, alguien más pasa por lo mismo y hiere mis sentimientos… bien dicen que no debemos hacer lo que no queremos que nos hagan, porque cuando nosotros hacemos, no pasa nada, pero cuando nos hacen, es ahí el problema. Ahora, siendo conscientes de nuestras emociones y sabiendo cómo manejarlas para no reprimirlas, se pretende hacer el menor daño posible a todos aquellos con los que convivimos día a día.

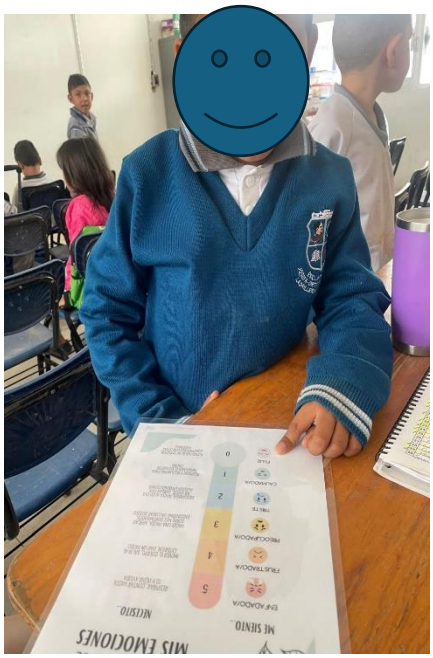
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

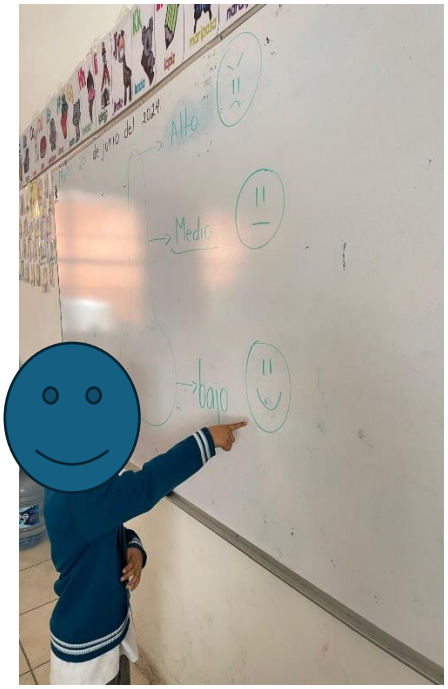
Logré conectar con mis estudiantes cuando se abrieron y comenzaron a expresar sus emociones y sentimientos, el por qué estaban molestos, felices, tristes, indiferentes, el escuchar su sentir, ver sus carencias, necesidades afectivas y reflexionar cómo por el simple hecho de ser niños se les menosprecia o se piensa que ellos no tienen voz ni voto en las circunstancias que día a día acontecen en su familia.

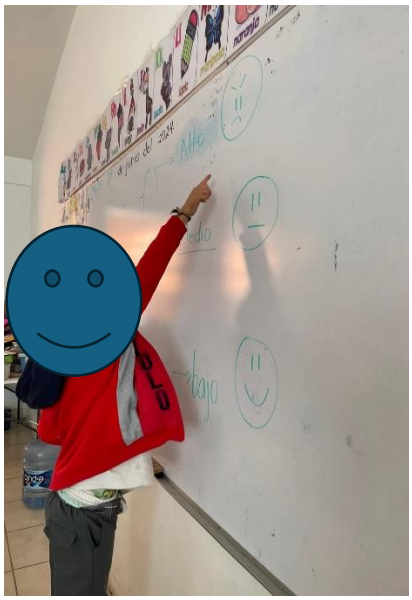
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

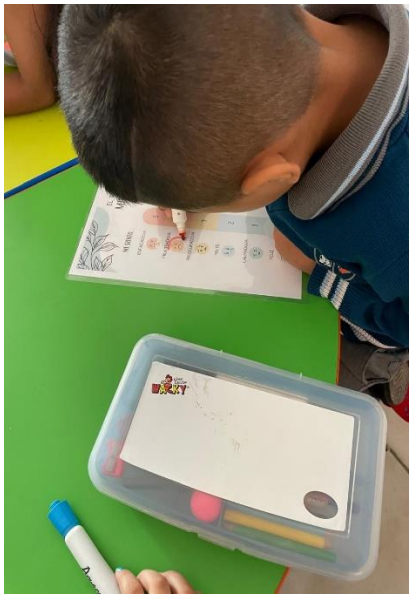
Lo considero muy fructífero, sencillo de trabajar, pero con un gran potencial de llevarnos a reflexionar sobre nosotros mismos, evaluar cómo fue nuestra crianza, si fuimos reprimidos en nuestras emociones y tratar de ir rompiendo patrones, para que cada vez sean menos adultos los que tengan que sanar una infancia tan dolorosa, con falta de atención emocional, con falta de ese afecto, con falta de sentirnos escuchados.

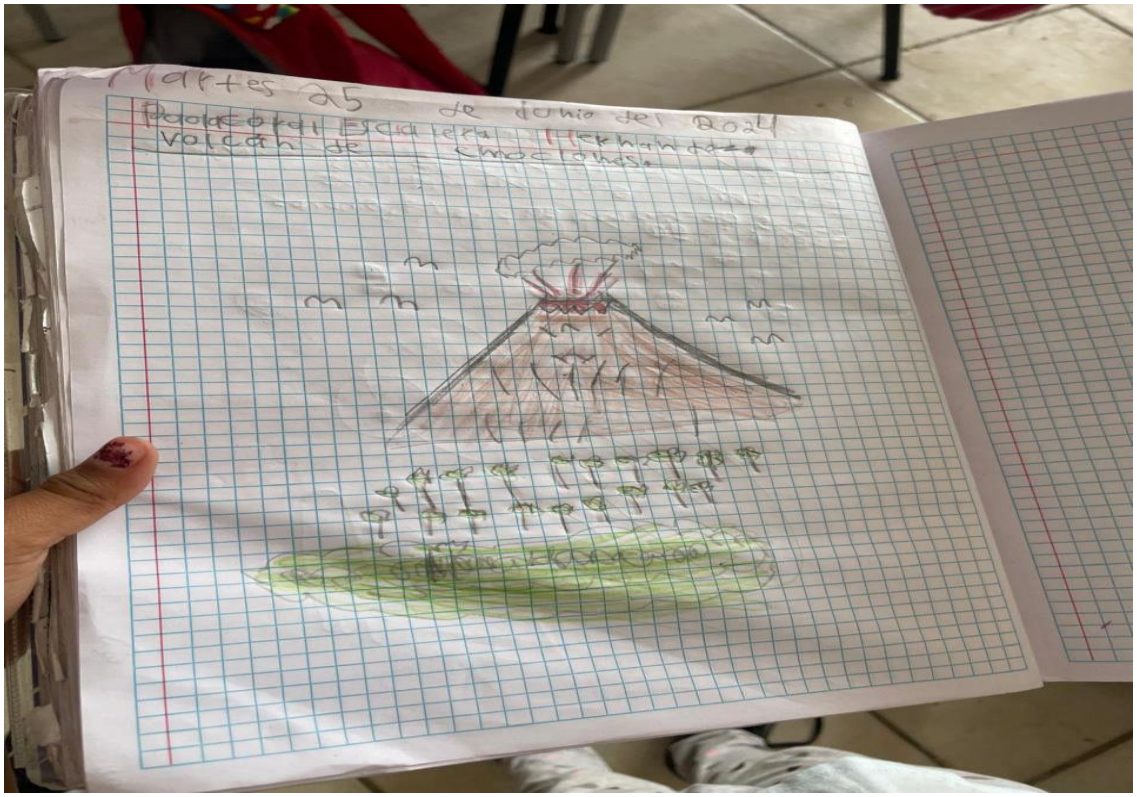
5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

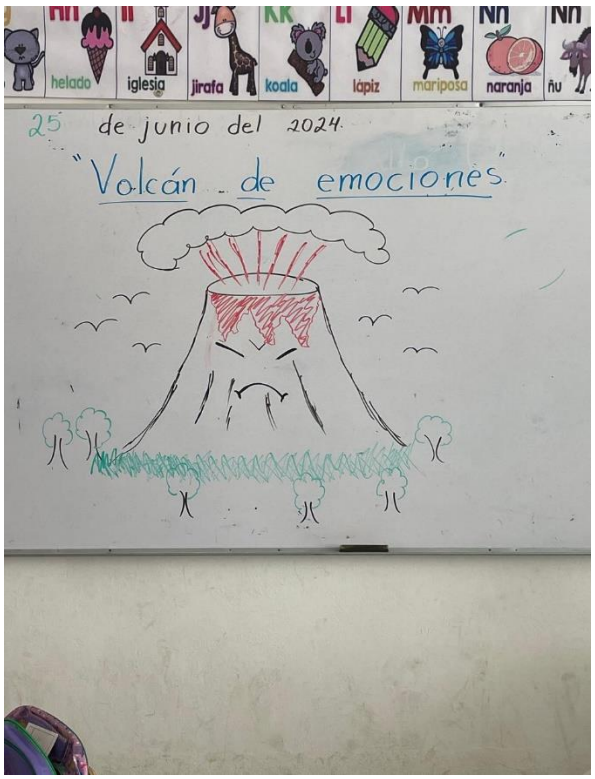

MIS EMOCIONES
ME SIENTO
ENFADADO/A
FRUSTRADO/A
PREOCUPADO/A
CALMADO/A
FELIZ

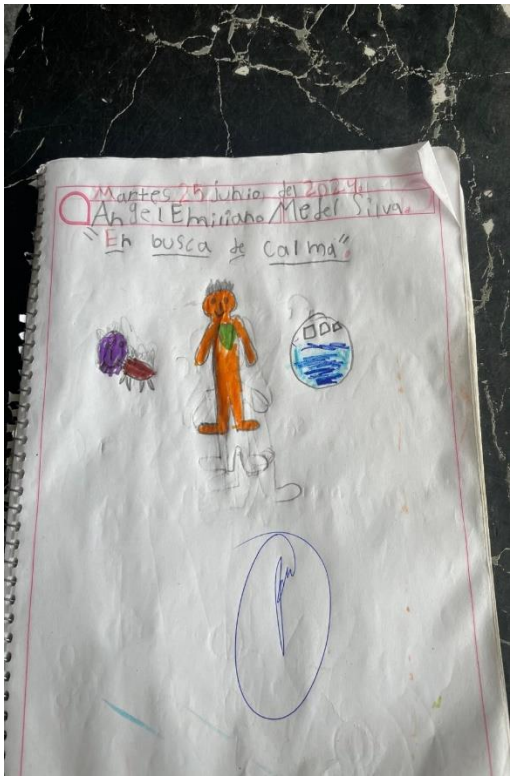

Alto
Medio
bajo


Alto
Medio
bajo


BUNNY


Martes 25 de junio del 2024
Volcán de emociones


helado
iglesia
jirafa
koala
lápiz
mariposa
naranja
25 de junio del 2024
"Volcán de emociones"


Martes 25 de junio del 2024
Angel Emiliano Medel Silva
"En busca de calma"

RÚBRICA PTP M1

Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	**Observaciones**
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades.					
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.					
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.					
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					