



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

En el caso de la actividad 1. *“Cuatro a la vez”* del botiquín de emociones, pensé como siempre en la importancia establecer las reglas para cada actividad, me sentí plena y satisfecha después de la comprensión de los estudiantes. Me emocioné al verlos participar, los chicos te contagian con su alegría y su adrenalina. Me agradó el ver como respondieron a los estímulos auditivos, me sorprendió ver la habilidad que manejan para aprender de manera lúdica. Me sentí convencida y motivada de que son un grupo muy entusiasta y comprometido al trabajo en equipo.

En caso de la actividad 3. *El Dragón, la tortuga y el pulgar arriba*. Tuve sentimientos encontrados, porque por una parte algunos estudiantes son buenos para la dramatización y lograron hacerlo muy bien, eso me causó mucha satisfacción. Por otro lado, sentí tristeza y duda saber que algunos estudiantes se mantenían pensativos ante las dramatizaciones, tal vez han vivido casos de comunicación agresiva y se sintieron vulnerables.

En caso de la actividad 4. *El aula de las palabras amables*. En esta actividad me sentí muy conmovida de los resultados emocionales, pues los alumnos abonaron a su autoestima con las frases que otros alumnos les escribieron. Me conmovió los mensajes positivos que se manejan entre ellos. Estábamos muy contentos con esta actividad, que ya había aplicado previamente pero ahora con diferentes estudiantes, y su percepción es otra.

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

En esta actividad, la comunicación asertiva se practicó cuando se les dieron las indicaciones a los estudiantes, dejándoles en claro, el propósito de la actividad y las condiciones necesarias para participar. Después durante el desarrollo de las actividades, también se practicó la comunicación asertiva, cuando los estudiantes participaron

ordenadamente, respetando el turno de los demás, compartieron sus ideas sin juzgar las opiniones de los demás.

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

Sí la reconocen, porque después de las actividades implementadas, se les pidió reflexionar haciendo hincapié en la honestidad desde su pensamiento, además de balancear las consecuencias de practicar la comunicación pasiva y agresiva. También fue de gran ayuda concientizarles de la importancia de practicar la comunicación asertiva, como forma prioritaria. Los alumnos lograron comprender la aplicación de la comunicación asertiva en su vida, en su contexto, para lograr un bienestar emocional y desarrollo integral de las personas con las que vive en sociedad.

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

Todas las actividades del botiquín emocional, me han parecido muy acertadas y de fácil aplicación en aula, con un gran aprendizaje tanto a los alumnos como a mi función de educadora y también en el aspecto personal. Aunque sin duda, una de las actividades significativas de este segundo módulo, fue la de “El dragón, la tortuga y el pulgar arriba” pues con la ejecución de, pude identificar formas de comunicación sanas, sin dañar mi bienestar e integridad emocional. Así como algunas frases que puedo utilizar para comenzar conversaciones incómodas pero necesarias para proteger mi bienestar emocional.

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

A continuación, se describen las actividades que se aplicaron con el grupo de primero "A" y se adjunta evidencia:

Actividad 1. "Cuatro a la vez"

Se les pidió a los alumnos organizarse en equipos de cuatro y mantenerse de pie. Los cuatro sólo podían permanecer de pie durante 10 segundos antes de sentarse y ser reemplazados inmediatamente por otra persona. Tenían que mencionar en voz alta alguna emoción y, sin hablar y utilizando solamente lenguaje no verbal, las y los estudiantes de pie seleccionarán de los que están sentados, a una/uno que tenga como fortaleza, la emoción que mencionaste. El objetivo es mantener el juego el mayor tiempo posible.



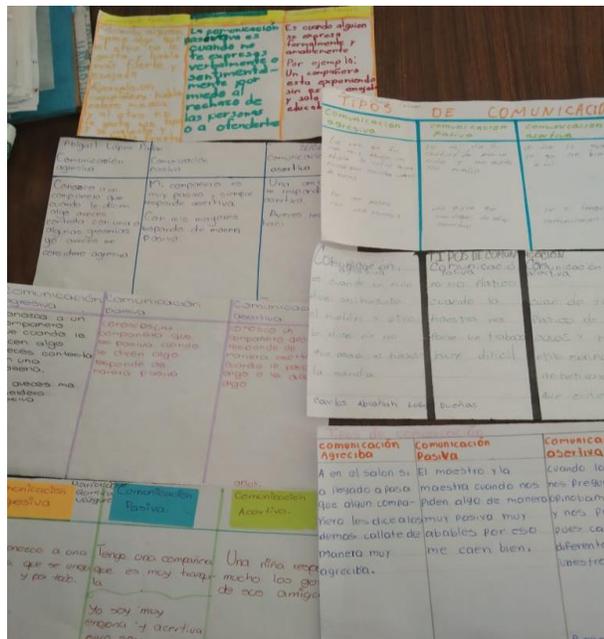
Actividad 2 "El aula de las palabras amables"

Se solicitó a los estudiantes que se pegaran una hoja de máquina en la espalda para que pudieran escribirse palabras positivas o virtudes que los caracterizan. Al final de la actividad, algunos de los estudiantes compartieron en plenaria las palabras escritas en su hoja. Se les invitó a que la conservaran en un cuaderno que utilizan todos los días para recordar sus fortalezas en algún momento de tristeza o desánimo.



Actividad 3. El dragón, la tortuga y el pulgar arriba

Se solicitó al grupo que recapacitará sobre las tres formas de comunicación y elaboraran una tabla comparativa de los tres tipos, para analizar las consecuencias de ejercer cada una. Los alumnos escribieron sus casos en sus tablas, fue una actividad de mucho aporte a su vida en valores.



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.					