



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Mi primera actividad fue “Cuatro a la vez” en esta actividad lo alumnos se divirtieron mucho y reconocieron tanto ellos mismos como a sus compañeros que emociones los caracterizan y son más dominantes, las emociones que sobresalieron fueron: alegría, enojo, miedo, enfado, sorpresa, celos, apatía, envidia y vergüenza.

Al final de la actividad analizamos cada una de ellas y si realmente pertenece esa emoción al compañero que eligieron y el porqué, así como si es una emoción buena que podemos seguir usando o es mala que debemos de regular.

La segunda actividad que realice fue “El dragón, la tortuga y pulgar arriba” en esta actividad comenzamos analizando los tres tipos de comunicaciones la del dragón es la comunicación agresiva, la tortuga es la pasiva y la de pulgar arriba es la asertiva después vimos varios ejemplos los cuales facilitaron la identificación de cada una de ellas y en donde tratamos de recordar situaciones que hemos visto en las películas, caricaturas o series para y comentar lo que se logra con cada una de ellas así como sus desventajas.

Por último tratamos de recordar situaciones que han ocurrido en la escuela y las dramatizaron dos compañeros y el resto tenía que decir al final que tipo de comunicación fue representada por sus compañeros, en esta actividad las emociones que se enfatizaron fueron el enojo o la ira la dramatizar la comunicación dragón, el miedo, tristeza y ansiedad al dramatizar la comunicación tortuga y la calma, cuando se representó la comunicación pulgar arriba.

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

En la actividad “Cuatro a la vez” trabajamos mucho lo que es el respeto y la tolerancia ya que es fácil llegar a ofender o sentirse ofendido cuando nos dicen algo que no nos gusta por lo que

debemos mantener esta actividad sin que los alumnos quieran ser los graciosos por lo que esta actividad independientemente que es divertida debe hacerse con seriedad y respeto por otra parte cuando escuchamos algo que no nos gusta, nos incomoda o nos avergüenza, debemos ser tolerantes.

Es por ellos que al final de la actividad analizamos si en realidad si tenemos esas emociones que nos caracterizan o no, en caso de ser no, aclaramos el por que o con cual fue que la confundieron y en caso de si ser así ver el por que y si no nos agrada en lugar de ofendernos o sentirnos heridos corregir esas conductas las cuales muchas veces no somos conscientes de ellas y nos puede ayudar a ser mejores.

En la actividad “El dragón, la tortuga y pulgar arriba” una vez analizada cada una las tres comunicaciones y recordar ejemplos de las caricaturas, series y del cine, aunado a la actuación de los compañeros que las dramatizaron llegamos a la conclusión que son mas las veces que la comunicación dragón y tortuga van de la mano que las que no, el ser agresivo o pasivo no es la solución y es más fácil y sano el ser asertivos.

En ambas actividades la conclusión a la que llegamos con mis alumnos es que debemos ser asertivos, respetuosos y tolerantes para tener una convivencia y comunicación sana con los demás.

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

Han comenzado a reconocerla ya que nos falta seguir practicando, de un momento a otro no se puede cambiar algo que se vine haciendo por mucho tiempo lo que si reconocen son las desventajas de la comunicación agresiva y pasiva y las ventajas de la comunicación asertiva.

Por que han estado en varias situaciones donde se han metido en muchos problemas y han reconocido que las ocasiones donde actúan y se comunican de forma asertiva esos problemas no existen.

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

Lo que más me gusto de este módulo es que todo lo puedo aplicar para prevenir y resolver problemas cotidianos en la escuela y al aplicar estas estrategias y conocimientos se puede solucionar

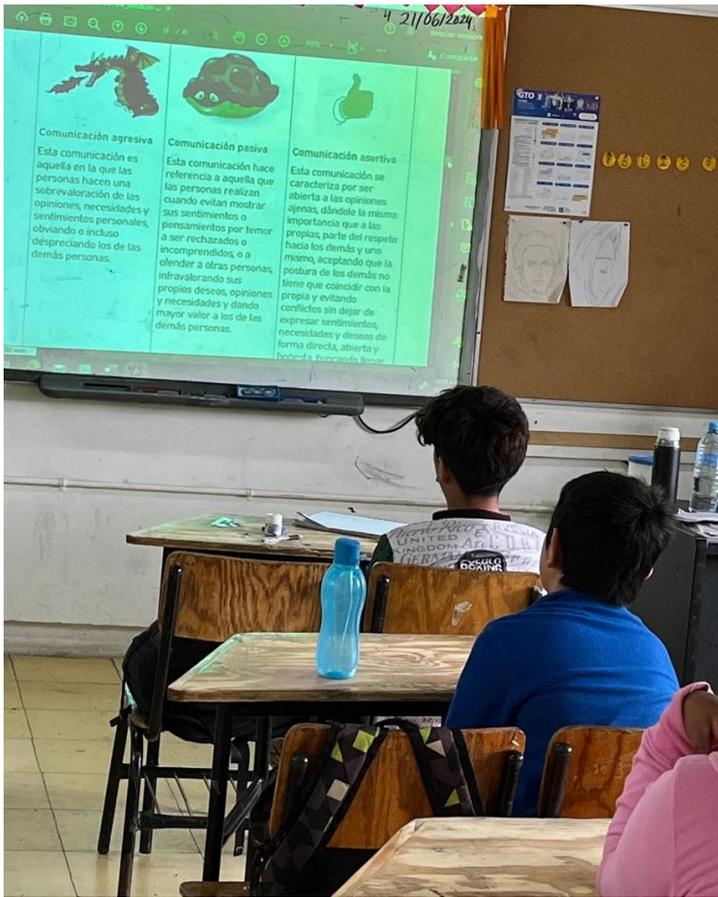
a largo plazo al punto de mejorar como sociedad si seguimos replicando en nuestro entorno todo lo aprendido.

Desde la comunicación verbal y no verbal como la comunicación agresiva pasiva y asertiva, hasta ponerse en el lugar de los demás, saber escuchar, como se percibe el conflicto, manejo y soluciones de los conflictos así como la actividad de hablando del mismo idioma así como mi PTP son ejemplos de los temas que me parecieron indispensables y una guía para la buena convivencia.

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







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.					