



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

ADAPTACIÓN DE ACTIVIDADES CON MI ESPOSO

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

Cansancio, diversión, admiración, encanto.

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

Solicitándole a mi esposo si podría ayudarme a hacer las actividades con mi PTP del módulo 2, pero él comentó que tenía un pendiente que hacer con su mamá y le dije que estaba bien, lo hacíamos cuando el tuviera tiempo, pero que no pasara del día de hoy porque estaba atrasada con la entrega.

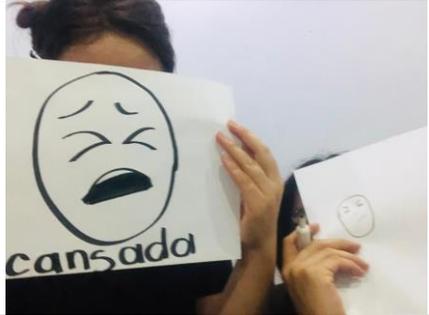
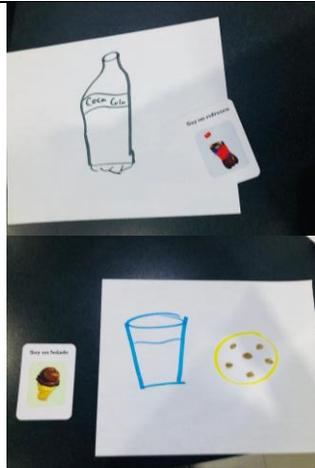
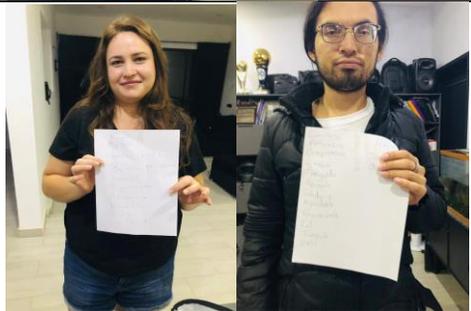
1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?
Si (mi esposo), se lo explique, lo analizamos, hicimos unos ejemplos y comentó que en su trabajo si se comunica agresivamente con sus compañeros lo más probable es que no lo respetaran o hicieran mal su trabajo. Por el otro lado, que, si era pasivo, no se comprometerían a sacar las actividades que tienen que hacer (flojearían). Por último, comenta que, si es asertivo, crea un mejor ambiente de trabajo, se comprometen a trabajar y hacer su mejor esfuerzo.

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

La comunicación asertiva. En la comunidad donde vivo, hay pleito por la cancha, los de futbol contra voleibol. Yo juego y practico el voli, sin embargo, cuando queremos jugar, los de futbol se adueñan y no te lo permiten (son muy agresivos).

Esperé una tarde que estuvieran todos juntos y les pedí un momento de su tiempo. Les expuse que había varias personas que queríamos jugar voleibol, pero no consideraba que era necesario pelear, que al final de cuentas la cancha es de la comunidad, les expuse que por falta de tiempo solo quería que nos dejaran un día a la semana, y así los de voli respetaban los días de ellos, y ellos los nuestros. Al final los hombres del futbol accedieron y nos querían dejar tres días, sin embargo, agradecí y les dije que con uno era suficiente, pues tengo muchas actividades a la semana y no tengo tiempo los otros días para poner la red, juntar la gente y todo lo que implica. Finalmente, no molestaron en nuestro día, lo respetaron (algo que no hacían).

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

	<p>Iniciamos con una evaluación diagnostica de nuestras emociones, él estaba molesto por cuestiones del trabajo. Y yo cansada de los trabajos finales de la maestría.</p>
	<p>Dragón come la tortuga y el pulgar arriba</p> <p>Le explique y leímos lo que significaba cada tipo de comunicación. Él comentó como teniendo una comunicación asertiva en nuestro círculos sociales y trabajos, se tiene un mejor ambiente para desarrollarse. Entre otros comentarios respecto al tema.</p>
	<p>Veo y explico ¿qué es?</p> <p>Hicimos la dinámica, él si acertó con las características que le dije, yo no acerté, dibujé otra cosa. Comentó mi esposo que es fácil cumplir con el objetivo siempre y cuando te den características claras (comunicación verbal), y que es más fácil para el que describe. Finalmente, la expresión fue de alegría y diversión, al ver que me había equivocado 😊.</p>
	<p>La casa de las palabras amables.</p> <p>Hicimos la actividad. Y al no tener más participantes, nos pusimos el uno al otro palabras amables que creíamos. Mi esposo dijo que se sintió encantado por lo que le escribí. Al final mi emoción fue de alegría y sorpresa, porque me puso que era alegre y admirable, yo no sabía que pensaba eso de mi</p>

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		