



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Me gustaron mucho las actividades aplicadas en este módulo, porque permiten que las emociones de los alumnos fluyan de una manera sana, sensibiliza mucho el lado humano de los alumnos y del docente, es abrir una puerta donde puedes encontrarte y abrazar las emociones desagradables como el enojo, tristeza, frustración o viceversa, la alegría y el entusiasmo.

El llegar a conectar emocionalmente con los alumnos en el desarrollo de estas actividades, es muy bonito, ya que comprendes el porqué del comportamiento de los niños, y esto te permite reflexionar con calma el tipo de actividades que le hacen falta a tu grupo con base en las situaciones que enfrentan en su contexto diariamente.

Los alumnos se mostraron motivados y participativos en todas las actividades realizadas, en las cuales yo también participe. Esto me hizo sentir bien, fue muy agradable que los alumnos me escribieran que soy buena maestra y que me aprecian.

Considero que es importante seguir actualizándonos y continuar desarrollando competencias socioemocionales que nos permita ver las emociones negativas desde otra perspectiva.

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

En el salón está el acuerdo de respetar y escuchar a nuestros compañeros con atención y respeto, más en este tipo de actividades en las que se expresan emociones personales, considero que se debe de tener mucha empatía y escucha activa.

Me pregunté cómo aterrizaría esta actividad en mi grupo, son niños pequeños y pensé en hacer una adecuación a la actividad, a cada tipo de comunicación le puse una máscara de una emoción acorde a su definición, los niños asociaban la definición con la emoción que se expresaba en la máscara.

Retomamos escritos de la actividad la tortuga, el dragón y el pulgar arriba para poder escenificar algún conflicto y analizar como actuaría cada persona dependiendo de la comunicación que le toco representar.

Se representaron diferentes problemáticas que aquejaba a los niños ya que en varias ocasiones mencionaban que ellos eran los pasivos y que no sabían cómo reaccionar ante un conflicto.

Así que por medio de varias representaciones los alumnos comprendieron que no es necesaria la violencia para poner límites y solucionar un conflicto.

Tengo varios alumnos que he identificado como agresivos, por ello realice la estrategia "mi rinconcito de la calma" que tiene como objetivo que los alumnos entren en un estado de reflexión y regulación de emociones, con esta actividad busco validar sus emociones y trabajar con ellos de formas más positivas, de llamar su atención buscando desaprender una conducta agresiva y que se den cuenta que hay otros medios mucho más saludables, positivos y con mejores resultados como es la práctica de la comunicación asertiva.

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

Considero que después de haber realizado todas las actividades pertenecientes a este módulo, los alumnos consolidaron y comprendieron qué es la comunicación asertiva, saben que es una forma de comunicarse con eficacia, que se utiliza para tener relaciones sanas y respetuosas. En estas relaciones también es muy importante practicar la escucha activa, y tener la seguridad para expresarse libremente a través de un tono de voz regulado y poniendo límites, enfatizando que es importante el dialogo y hasta el tono de voz con el que te diriges a las personas para poder llegar a un acuerdo.

Para mí, el promover la empatía con mi grupo ha sido importante para poder practicar la comunicación asertiva, pues constantemente he enfatizado con mis alumnos la importancia de hablarle y tratar a los demás como nos gustaría que nos trataran a nosotros. Algunos alumnos han comenzado a poner esto en práctica y son más respetuosos con sus compañeros.

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

1. En lo personal me encanto la actividad llamada el aula de las palabras amables.

Ya conozco las diversas situaciones que enfrentan los alumnos en sus vidas y como repercuten emocionalmente en ellos, algunos alumnos han sido violentados, vulnerados, golpeados, a veces los padres no van a los eventos importantes y lo que más me entristeció fue conocer el caso de una de mis alumnas, que gracias a este tipo de actividades, expreso situaciones personales relacionadas con un posible caso de abuso sexual, la alumna se sinceró y expresó el dolor que le provoco el sentirse violentada de esta manera, el día que aplique esta actividad estaba triste, pero accedió a participar en todo el desarrollo de la actividad a pesar de que la alumna es ciega, no fue un obstáculo para desplazarse dentro del aula ya que entre todos la cuidamos.

Sus compañeros le escribieron cosas muy bonitas, que es inteligente, bonita, amable, creativa, divertida, buena amiga. Me gusto la cara de alegría que puso al escuchar todo lo que los alumnos piensan de ella y sobre todo lo que piensa su maestra, le escribí eres una niña maravillosa y le di gracias por enseñarme tanto. No es fácil revelar un secreto tan doloroso, pero le agradezco con el corazón que me lo haya revelado. De mi parte todo mi amor, admiración y respeto hacia ella y a todos los niños que se enfrentan problemas difíciles de solucionar en su vida diaria. Respecto a este caso, en conjunto con mi director se le dará seguimiento, el director va seguir los protocolos establecidos para posibles casos de violencia.

Me encanta que en la escuela se le esté dando énfasis a este tipo de actividades que ayudan a fortalecer la autoestima de los alumnos que además de desarrollar habilidades emocionales favorezcan una mejor gestión del salón de clase y sobre todo se den herramientas y habilidades para enfrentarse a los desafíos que se presentan en la vida de una manera más reflexiva.

Sin duda alguna volvería a participar en este tipo de talleres sin pensarlo dos veces, con este tipo de actividades, me conozco yo y conozco a mis alumnos, además nos permite tener una conexión más humana. Este tipo de conexión con mis alumnos da como resultado el logro de aprendizajes más significativos.

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

EL AULA DE LAS PALABRAS AMABLES

