



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 3

1. Pensamientos y emociones de las actividades realizadas.

Considero que las actividades realizadas han fortalecido emociones como la empatía y actitudes positivas hacia las personas con las cuales colaboramos. El trabajo emocional comienza con nosotros mismos, no podemos dar lo que no tenemos, por lo que es necesario el autoconocimiento, para valorar nuestras habilidades, fortalezas y capacidades por las que nuestra personalidad es forjada y ser realmente líderes responsables de los grupos en los que nos desempeñamos. Líderes positivos y no impositivos, líderes creativos, que practican la escucha activa y que tienen la capacidad de movilizar a las personas hacia la consecución de objetivos comunes. En suma, líderes que creen en el valor intrínseco de sus alumnos, para educarlos con alegría y amor.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?

La autoestima nos permite aceptarnos y trabajar en beneficio propio. Considero que en ocasiones ponemos los intereses ajenos antes de los propios. A título personal, he tenido vivencias donde al final estoy yo, en mi aspecto personal, al reprimir mis emociones y complacer a los demás, sobre todo a mis autoridades inmediatas. Dejarme en el último lugar, no me permite trabajar en mi autoestima, necesito escuchar mi cuerpo, mis deseos, alejar creencias limitantes que me ponen en segundo término, para cambiar la ruleta de mi vida y abonar a mi desarrollo personal y profesional.

3. Hoy tus alumnos reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla, ¿por qué?

Hoy mis alumnos tienen un conocimiento más claro de su persona, de sus cualidades positivas y reconocen logros personales. La frase “Yo soy” tiene un trasfondo y eco en la mente de las personas. Nuestra mente es capaz de creer lo que le decimos, de ahí que considero que la acción de afirmar es indispensable en nuestro día a día.

La suma de pequeñas acciones personales fomentará en los alumnos que sus árboles interiores crezcan, se ramifiquen, se expandan y crean en sus capacidades de hacer, tener y poder para complementar el trébol de cuatro hojas que no es fácil de encontrar.

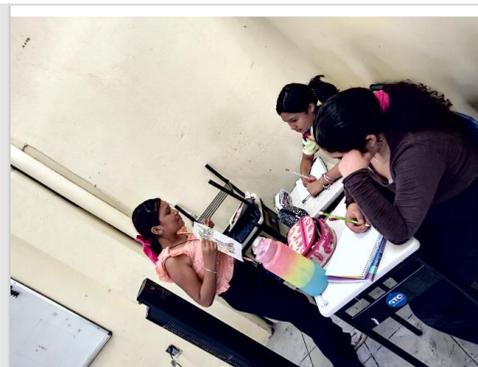
4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

La gratitud diaria, nos prepara a recibir cada día, hay un sin número de acciones por las que debemos estar agradecidos. Reconocer lo que tenemos nos ayuda a valorar lo que a otras personas les falta.

El ser un líder me implica desarrollar habilidades personales de convencimiento y persuasión. Pero también, me demanda la capacitación constante para poder estar en calidad de ofrecer a otros, conocimientos y habilidades que los fortalezcan. Ser líder permite también, delegar, guiar, formar y construir relaciones positivas y de ayuda mutua.

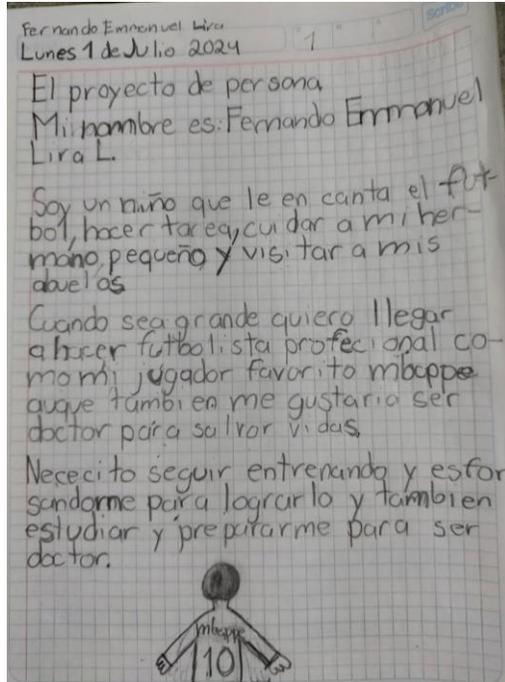
5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

### Un paseo por el bosque



Esta actividad les gusto mucho, la creatividad en sus árboles fue genuina. Hay quienes destacaban muchos frutos, otros consideraban tener muchas cualidades positivas con cada una de sus raíces y el ejercicio de que otro le dijera “Tú eres” los llenaban de alegría, se reafirmaban sus ideas.

## El proyecto de persona



El proyecto de vida invitó a la reflexión de su futuro y la importancia que tienen como personas para alcanzar sus metas y sus intereses personales. Este alumno tiene mucho interés por el estudio y se compromete con cada una de las actividades que se le proponen.

En una actividad posterior, me gustaría implementar la carta al futuro para trabajar la autoestima.

## El regalo



Considero que esta actividad es fundamental para lograr el autoconocimiento, la variante fue, poner el espejo en la pared y que el alumno afirmara cada una de las palabras que estaban colocadas y que dijeran otras cualidades más que observaban en esa persona, así como lo que cambiarían de la persona del espejo.

## Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar PTP del módulo 3					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
<b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>				✓	
<b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b>				✓	
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>				✓	
<b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>				✓	