



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Las emociones percibidas fueron: alegría, calma, enojo, miedo. Soy una persona que soy muy alegre y transmito en el

día a día esa misma emoción. Los estudiantes me lo han compartido... además de que dentro de las sesiones ellos mismos lo expresan que están alegres de que vamos a trabajar en el taller de la maestra. La calma la he experimentado cuando hacemos al inicio la actividad de la respiración que nos lleva a la calma. Al escucharles sus momentos de frustración y que no han sido validadas sus emociones en sus casa o con papás, me embarga la tristeza al darme cuenta que muchas veces pasamos por la vida así ...sin validar las emociones de las demás personas. Al momento de compartir la estrategia de Mi dragón, mi tortuga, mi pulgar arriba experimenté el enojo cuando un pequeño me compartió la frustración de no saber comunicarse con su mamá.

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

Desde la escucha activa, la empatía, el respeto, el cuidado y desde tratarnos con el corazón en un ir y venir de la comunicación.

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

Con los ejemplos vividos y las experiencias de cada uno compartidos en las sesiones. Los estudiantes se han dado cuenta que no es bonito ni amable comunicarnos de una forma no adecuada. Entre ellos se ha manifestado el derecho de ser escuchado sin gritar y que pueden estar o no de acuerdo pero abiertos que cada una de sus expresiones será validada como tal y sobre todo respetada

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

La actividad de la actividad 5...El dragón y la Tortuga...y les pregunto...¿cómo quieren que platiquemos? ¿cómo quieren que les hable?

Y ellos responden de la forma correcta...la asertiva. Me dirijo a ellos con una forma amable y suavcito y no solo con los estudiantes, sino con mi familia y con mi prójimo. Les trato como me agrada que me tratan a mí. Con cariño, con cuidado y con respeto.

Otra actividad que manejo y es parte de mi es la actividad 7 ¿Por qué es tan importante aprender a escuchar?

Si no escucho, no entiendo, no aprendo no ayudo y la comunicación no se da y uno de los objetivos de este módulo es lograr una comunicación y si es asertiva mucho mejor. Busco contener y de la mejor manera y esa es saber escuchar y retroalimentar solo si mi interlocutor lo permite.

Por último y no menos importante la práctica de la empatía...actividad 8 ponerse en los zapatos de otro.

Qué importancia es entender, sentir y percibir lo que nuestros semejantes tienen o comparten. Sin juzgar a nadie. Comunicándonos desde el corazón desde esa parte tan tierna que como ser humano podemos tener y percibir las emociones más lindas y las más fuertes de cada ser humano y validar y aceptar cada una de ellas

1. 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.					