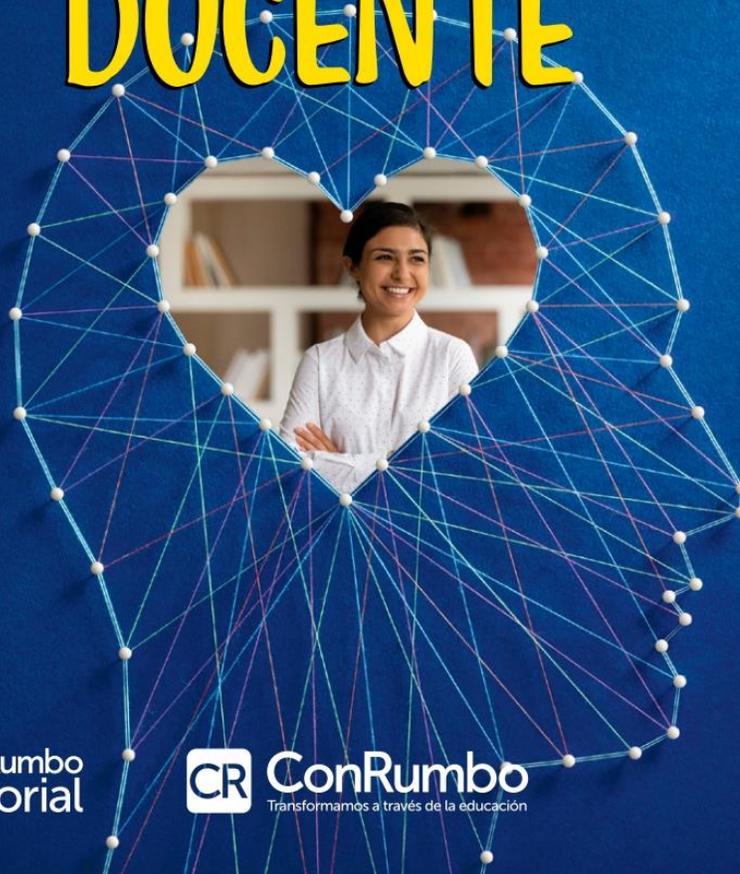


MONICA ALEJANDRA LOPEZ GARCIA



Karen Santy Castro Pucheta

# LA AUTONOMÍA EMOCIONAL PARA LA PROFESIONALIZACIÓN DEL DOCENTE



**CR** ConRumbo  
Editorial

**CR** ConRumbo  
Transformamos a través de la educación

# Proyecto de transformación

Después de trabajar con las frases:

Que las personas sean conscientes de sus propias emociones.

Que las personas sean conscientes de las emociones de los demás

De manera grupal identificamos cuáles son cada una de las emociones que los alumnos conocen y que en algún momento de su vida han experimentado, dando significado a eso que sienten, ya que por su corta edad, algunos muestran dificultad para expresar lo que están sintiendo.

También trabajamos con el termómetro de las emociones donde cada alumno identificó cómo se sentía en ese momento en el preescolar, entre todos los alumnos ejemplificamos lo que a cada grado de “temperatura” correspondía. Los alumnos ubicaron su nombre en la escala del termómetro que correspondía a la emoción que en ese momento estaban viviendo.

En esta etapa de preescolar trabajar con las emociones nos permite contribuir al desarrollo integral de los alumnos tanto a nivel emocional como social y cognitivo, así permitirles comprender y gestionar sus emociones de manera positiva.

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

Los alumnos reflexionaron sobre que son la emociones, qué acciones o situaciones los llevan a vivir cada una de ellas y como a pesar de ser la misma situación las emociones son diferentes en cada una de las personas. Lo que para unos pudiera ser muy sencillo y fácil de lidiar y/o procesar para otros representa un proceso que debe de ser respetado.

2.- ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Cuando uno también identifica que es un ser humano que siente y que no siempre debe de estar feliz o bien, se vale vivir cada uno de nuestros sentimientos, y resignificar por qué me estoy sintiendo así o qué me llevo a estar así y tomarlo como una enseñanza.

3.- ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Considero que conecte con mis alumnos cuando mencioné que no hay emociones buenas o malas, que todos somos libres de sentir y expresar lo que sentimos, siempre y cuando no dañemos a los demás y que si en algún momento ellos necesitan de mi apoyo, no dudarán nunca en que yo estaría para ellos, sin importar si son o no ya mis alumnos.

#### 4.- Opinión de este primer mini proyecto realizado

Al permitirme trabajar de lleno con las emociones pude identificar de manera más clara el impacto que tienen los sentimientos y emociones en los alumnos, ya que algunas ocasiones damos por hecho que los alumnos lloran solo porque si, sin conocer el trasfondo de la situación, ahora comprendo lo importante que es ayudar al alumno a gestionar eso que está sintiendo de manera positiva para que sea una situación de crecimiento y aprendizaje y no una experiencia que marque su vida.

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



Los alumnos identifican y dan nombre a cada una de las emociones.

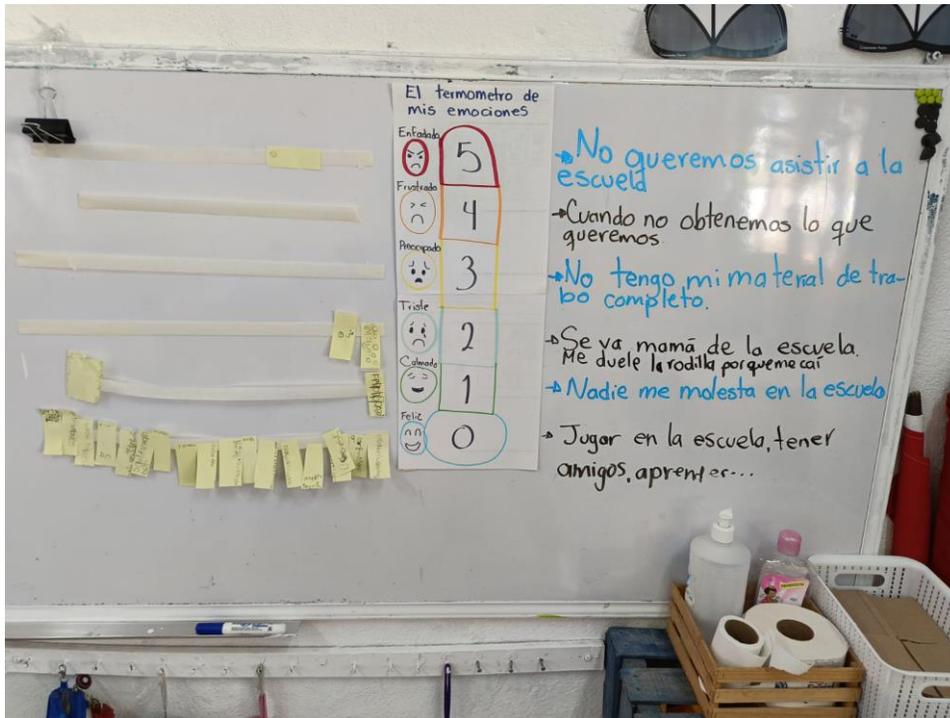


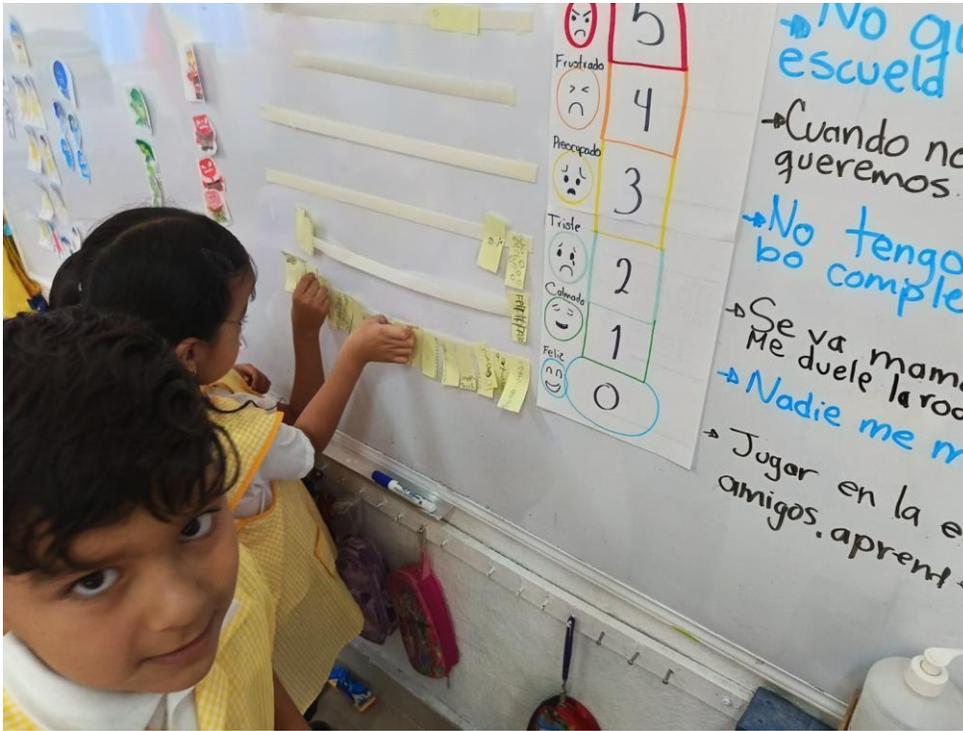
Observan y seleccionan la emoción que en ese momento la emoción que más les llamó la atención.



Colocan la emoción donde corresponde.

En el termómetro de las emociones los alumnos dan significado a cada nivel con ejemplo de su día a día.





Colocan su nombre en el termómetro según su situación actual.