



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Al realizar la actividad uno que sugiere el módulo 2 que se llama “Respiración sintiente” logre sentir una gran tranquilidad, ya que logre conectar conmigo misma y darme ese espacio para mí. Otra emoción que sentí fue durante al observar el video de la actividad doce “Los niños son el reflejo de los padres”, ya que logre diversas acciones que día a día realizamos los padres y se refleja en nuestros hijos; luego de realizar esta reflexión sentí una gran paz interior ya que día a día lo estoy viviendo con mi hijo.

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

La comunicación asertiva se promovió de manera constante ya que lleve a cabo dos de las actividades que nos proponía el mini proyecto con el tema “Promoviendo una comunicación asertiva” estas fueron el dragón, la tortuga y el pulgar arriba. Y la otra fue el aula de las palabras amables, en ambas actividades se reconoció y se trabajó con la comunicación asertiva obteniendo entre los alumnos buenos resultados, ya que ellos expresaban su sentir al usar la comunicación asertiva y se sentían confortados por esa comunicación asertiva.

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

Sí, porque han logrado identificar y comprender lo importante que es apoyar y ser empáticos con las demás personas además que saben que la comunicación asertiva les apoya al manejo de conflictos.

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

Todas las actividades realizadas en el módulo son importantes, incluso algunas de ellas ya las realizamos aunque no tan a conciencia, pero la actividad que más me gusto trabajar fue

la número 12 “Los hijos son el reflejo de los padres”, ya que me identifique mucho con la situación vivida en el video.

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.					