



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

En las dos actividades que se realizaron “Veo y siento, ¿qué es?” y “El aula de las palabras amables”; pude compartir emociones como curiosidad por ver si podían describir el objeto, que les describen; al mismo tiempo satisfacción pues en las descripciones pusieron en práctica algunos procesos de aprendizajes que habíamos visto en el campo formativo de lenguajes; en la segunda actividad el aula de las palabras amables, pude sentir aceptación ya que en algunas ocasiones me es difícil aceptar elogios y a ellos también, entusiasmo y confianza pues entre todos estuvieron trabajando y nadie juzgó o se burló del otro.

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

Las actividades que se trabajaron en este proyecto aportaron mucho para que los alumnos llevaran a cabo la comunicación asertiva, ya que primeramente llevaron a cabo el ejercicio de respiración para poder tener un momento de tranquilidad y relajación; también se puso música instrumental para que, con ayuda de ésta, sintieran paz y se pudieran concentrar más en sus emociones y pensamientos. tuvieron la oportunidad de expresar palabras positivas por parte de sus compañeros y varios de ellos no están acostumbrados a que se les reconozca sus cualidades. Al leer las frases que les escribieron, se mostraron empáticos entre ellos. En equipos compartieron sus experiencias al no saber cuál era el objeto que les estaban describiendo y las dificultades que presentan algunas personas que tienen diferentes discapacidades para poderse comunicar con las demás personas, mostrando respeto y admiración.

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

Para llegar a una comunicación asertiva se requiere de trabajo, tiempo y una actitud positiva, mis alumnos hasta ahora si reconocen que para evitar conflictos es necesario que haya una comunicación en donde las partes involucradas expongan sus ideas, su forma de pensar, pero que no se trata de querer convencer o cambiar a las personas; sino que se respeten y se acepten

como son. Todo esto gracias a las actividades que se han estado trabajando en estos dos primeros módulos. Han mostrado un gran avance en como expresan lo que sienten u opinan tomando en cuenta los sentimientos de los demás. Pero con algunos de ellos aún hay mucho trabajo por hacer y continuar con acciones que promuevan la comunicación asertiva no solo en la escuela, sino también en casa con la familia.

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

En este módulo tuve la oportunidad de implementar algunas estrategias sugeridas que hasta este momento han modificado la forma de relacionarme, como la comunicación no verbal; aunque ya de alguna manera tenía conocimiento no siempre lo llevaba a cabo. La gesticulación, el saludar mostrando una sonrisa, el tono de voz; son muy importantes si quiero que las demás personas respondan de la misma manera, e inclusive sino es el caso; puedo entablar algún diálogo y brindar confianza para que la comunicación sea asertiva. Dicha comunicación es necesaria en todos los ámbitos tanto personal, laboral y social para crear relaciones sanas. Me he dedicado a escuchar más ya que en algunos casos necesitan solo que alguien escuche. Con mis alumnos hemos tratado de no gritar para que alguien te tome en cuenta, primero tenemos que escuchar lo que tienen que decir para poder dar una opinión o punto de vista si así lo requiere la situación, ser más respetuosos y empáticos, pero no perder de vista que también tenemos nuestras propias opiniones y que son tan valiosas como las de los demás. Y tomar muy en cuenta una frase que es muy parecida a la que se toca en este módulo: “No hagas lo que no quieres te hagan” ya que es muy congruente con lo que estamos viendo, si no quieres que te falten al respeto no lo hagas, si no quieres que te pongan apodos, no los pongas. El respeto y el diálogo son fundamentales.

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

**ACTIVIDAD: VEO Y SIENTO ¿QUÉ ES?** \*Los alumnos pasaron por parejas y a uno de ellos le proporcioné una tarjeta con un animal, objeto, o lugar; el otro tenía que adivinar lo que era en base a la descripción de su compañero que portaba la tarjeta. El que adivinaba, dibuja lo que cree que es. Los alumnos se mostraron interesados, emocionados y un poco ansiosos sobre todo a los que les tocaba adivinar que era. Al final pudieron concluir que es muy importante que antes de juzgar o formarse una idea de lo que es, necesitan conocer para poder entender por que es así o por que se actúa de tal manera.



**ACTIVIDAD: EL AULA DE LAS PALABRAS AMABLES.** \*Los chicos portaban una hoja en la cual al sonar una palmada y la frase “palabras amables” tenían que escribir en la hoja del compañero y a su espalda alguna palabra amable o cualidad que ven en ellos. Al sonar la palmada y la frase cambiaban de compañeros. Al final pudieron concluir que no saben en muchas ocasiones que son amables, o inteligentes, o buena persona, o guapos o bonitas, según lo que les escribieron y sus caras estaban sorprendidas y felices de conocer sus cualidades lo que los demás compañeros ven en ellos.



### Rúbrica PTP 2

<b>Instrumento para evaluar PTP del módulo 2</b>					
<b>Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión</b>					
	<b>Insuficiente</b>	<b>Suficiente</b>	<b>Satisfactorio</b>	<b>Destacado</b>	
<b>Indicadores</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>Observaciones</b>
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.					