



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

El desarrollar estas actividades en los alumnos de mi secundaria me permiten seguir fomentando un ambiente de aprendizaje más positivo y colaborativo, donde tanto ellos como yo nos sienten valorados, comprendidos y escuchados. Además, el desarrollo de habilidades socioemocionales puede mejorar la comunicación, la resolución de conflictos y el manejo del estrés, contribuyendo a una mejor convivencia y un mayor rendimiento académico en este momento de casi cierre del ciclo escolar. Los alumnos de tercer grado con los que lleve a cabo la actividad manifiestan un mar de emociones por la serie de cambios que se avecinan en su vida, por la culminación de un ciclo escolar y su etapa de secundaria y por las situaciones familiares y personales que les toca vivir. En lo personal el tomarme momentos de reflexión y tiempo para mi me provoca muchos sentimientos y emociones, algunas positivas y otras negativas. El atravesar en estos momentos la pérdida de un familiar muy cercano genera en mi y en lo que llevo revisado de este curso la necesidad de tomarme tiempo para mi para poder estar bien para todos los que me rodean tanto en el trabajo como en mi entorno social y aunque puedo sentirme triste en momentos los chicos con sus ocurrencias me hacen sentirme alegre y con ganas de trabajar.

El proceso de involucrarse en actividades socioemocionales puede ser transformador, promoviendo un crecimiento integral en los estudiantes que va más allá del aprendizaje académico y que abarca el desarrollo personal y social de todos los miembros de la comunidad educativa, los estudiantes con estas actividades pueden verse sorprendidos, sobrepasados de la rutina pero también se sienten agradecidos de tener cambios de actividad y a algunos mas les da ansiedad es que se salgan de la zona de confort o que se les presenten actividades que para ellos no tienen que ver con la química (en

aparición). Otros más sienten vergüenza de hablarlo ante los demás por lo que es importante generar ambiente de confianza.

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

Me permitió darme cuenta de que la vida es como una erupción de un volcán, posiblemente da pequeñas señales de que no estamos gestionando las emociones, pero muchas veces hasta que no hace erupción nos tomamos un tiempo para procesar, asimilar o vivir nuestras emociones. En ocasiones hay personas o agentes externos que nos hacen detonar y permitir que el enojo se apodera y entonces tenemos que trabajar en la parte de la calma y como traerla a nuestra vida, a la vida de nuestros alumnos, que llegan a veces a las aulas afectados por situaciones no propias de la escuela o entre los mismos estudiantes que se encuentran en una edad donde ante la menor provocación explotan y ahí es donde debemos ayudarles a no alcanzar ese punto, más bien tratar de encontrar la calma y poder aprender a gestionar sus emociones. El papel del docente dentro y fuera del aula es muy importante y a veces somos el ejemplo o la guía para los chicos.

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

Lo que va de este trimestre hemos trabajado las emociones en clase de tutoría y educación socioemocional por lo que con un grupo del cual soy su tutora trabajamos con frecuencia estas actividades, sin embargo, no era algo que hacía con mis alumnos de química. Para comenzar se sorprendieron de que hiciéramos actividades de este tipo, ya entrados en el tema y tratando de explicarles la importancia de reconocer sus sentimientos y emociones y tratar de entenderlos sobre todo en este momento del año donde se pueden sentir abrumados, cansados o estresados reflejaron una buena disposición antes de las actividades que hicimos. Me gustó tener este momento con ellos porque pude escucharlos y saber cómo se sienten y ellos por su parte fueron muy empáticos conmigo y me hicieron sentir apreciada por ellos.

Me pude dar cuenta que muchos están tristes o preocupados por si pasaran su examen en la prepa que eligieron y por si pasaran todas sus materias de secundaria y obtendrán un certificado. También tienen muchos proyectos de las diferentes asignaturas por lo que eso les cansa y enfada y algunos quieren darse por rendidos. Hay pocas cosas en este momento que los hace sentir felices, al final les contaba que lo mas importante es aprender sobre una calificación y que no se preocupen por la prepa que el sistema educativo les buscara un lugar donde puedan seguir estudiando y que, aunque faltan dos semanas para saber resultados no les hace bien para su salud emocional vivir en esa intriga.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Me gusto mucho realizar estas actividades con los niños y poder darles un espacio fuera de la rutina que implica la clase de química y donde tuvieran la libertad de expresarse y poder ser escuchados. La parte mas rica fue el compartir y aunque algunos les daban pena dar a conocer cómo se sienten, al realizar primero una actividad en la que hablamos de las emociones de otros les permitió posteriormente poder reconocer las suyas en el termómetro y poder compartir con sus compañeros además de que conforme vieron que algunos lo hacían se fue rompiendo el hielo y generó más participación. Reconozco la importancia de implementar estas actividades en cualquier asignatura y generar ambientes de calma que sean mas propicios para el aprendizaje, estoy segura de que esta actividad les permitió a los chicos relajarse y encontrar un momento de calma que les bajo las revoluciones que traen en este momento y que es muy necesario y saludable para ellos.

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

Para comenzar la actividad con mis grupos les pedí que se sintieran cómodos y escucharan la lectura que les iba a compartir y que de ella haríamos algunas actividades relacionadas con las emociones. En este punto me veían como raro porque no son actividades tan frecuentes por lo que les parecía extraño que hiciéramos eso.





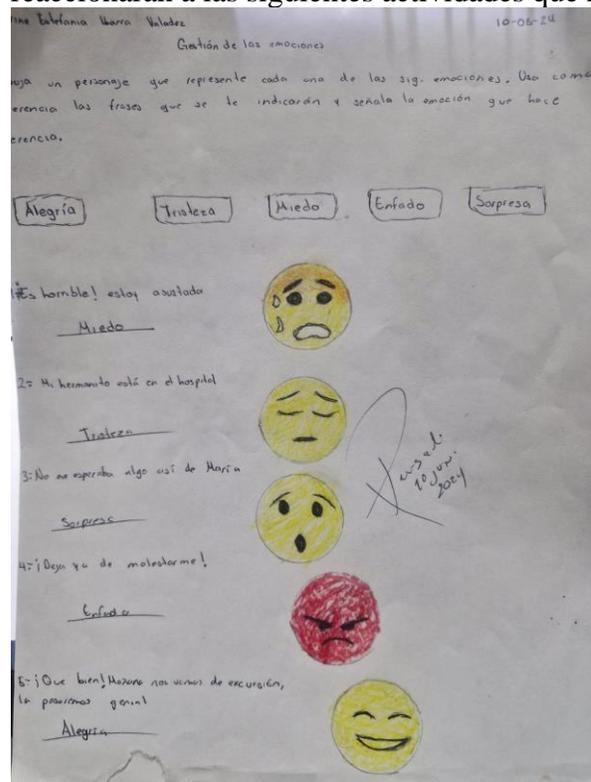
Posteriormente les pedí que hicieran el volcán y que en la periferia anotaran y respondieran dos preguntas. Me sentía optimista de que los alumnos tomaban en serio la actividad y al mismo tiempo me daba curiosidad por ver que iban a responder. Cuando empezamos a compartir lo que habían dibujado y respondido algunas no querían, eso me decepcionó un poco por lo que invite a algunos en específico que platicaran e incluso yo les platiqué que a mí me hace enojar cosas como que no me ponen atención pero que he aprendido a ser paciente con los alumnos y ayudarles a que se sientan seguros.

Creo que esto ayudó porque ya algunos comenzaron a aportar y al preguntarles a final de la clase que como se sentían de hacer estas actividades me dijeron que les da alegría poder hacer esto en clase y que para la siguiente ocasión van a participar más (eso es consolador) pero que son cosas que no hacen con frecuencia en la escuela y que sus compañeros a veces se burlan.



Cuando abordamos la parte del termómetro, en un grupo en particular decían que eso para que y les dije sobre la importancia de reconocer el como nos sentimos. Hicimos entonces esta actividad corta donde pudieron reconocer las emociones ante diversas situaciones y relacionarlas entre sí, luego ya continuamos con el termómetro. Les comente que en química un termómetro es un instrumento muy útil para medir la temperatura en una reacción y no se salga de control y pueda llegar a buen término y les hacia la analogía con sus emociones que debemos aprender a reconocerlas y poder vivenciarla y no simplemente reprimirla o explotar.

Bueno al final se genero un revuelo porque luego ya todos querían expresar porque se sentían así y se genero un ambiente de confianza y empatía porque a pesar de que son alumnos muy diversos atraviesan por cosas semejantes, frustración, tristeza, preocupación por lo que pudieron identificarse con lo que iban diciendo sus compañeros y que era semejante e ellos. La verdad me lleno de orgullo haber logrado eso en ese grupo, me sentí muy feliz de que se sintieron en confianza para expresarse así y es que no es algo muy común en los adolescentes es abrirse así por lo que me siento muy expectante a como reaccionaran a las siguientes actividades que haremos.



RÚBRICA PTP M1

Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades.					
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.					
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.					
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					