



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Considero que trabajar actividades para reforzar la autoestima tanto para los estudiantes como para los docentes, generan un ambiente positivo en el entorno educativo. En particular, las emociones que manifestaron estuvieron relacionadas con alegría al verlos participar activamente y disfrutar de las actividades diseñadas para fortalecer su autoestima. De igual manera, hubo una sensación de satisfacción de mi parte al sentirme contenta de observar cómo los estudiantes ganaban confianza con las afirmaciones positivas que se hacían para ellos. Finalmente, creo que este tipo de actividades puede llegar a crear un vínculo emocional positivo con los estudiantes al compartir este tipo de experiencias que parecieran simple, pero que resultan muy significativas.

2. De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo? Pues mediante la implementación y desarrollo de las actividades propuestas para el fortalecimiento de la autoestima, así como la reflexión individual y colectiva generada durante las acciones, también mediante el reconocimiento de nuestras habilidades, cualidades, emociones etc. Al implementar actividades que incorporan estos principios, los docentes podemos desempeñar un papel crucial en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes y docentes, proporcionándoles las herramientas emocionales y necesarias para prosperar tanto en el ámbito académico como en el personal.

3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?

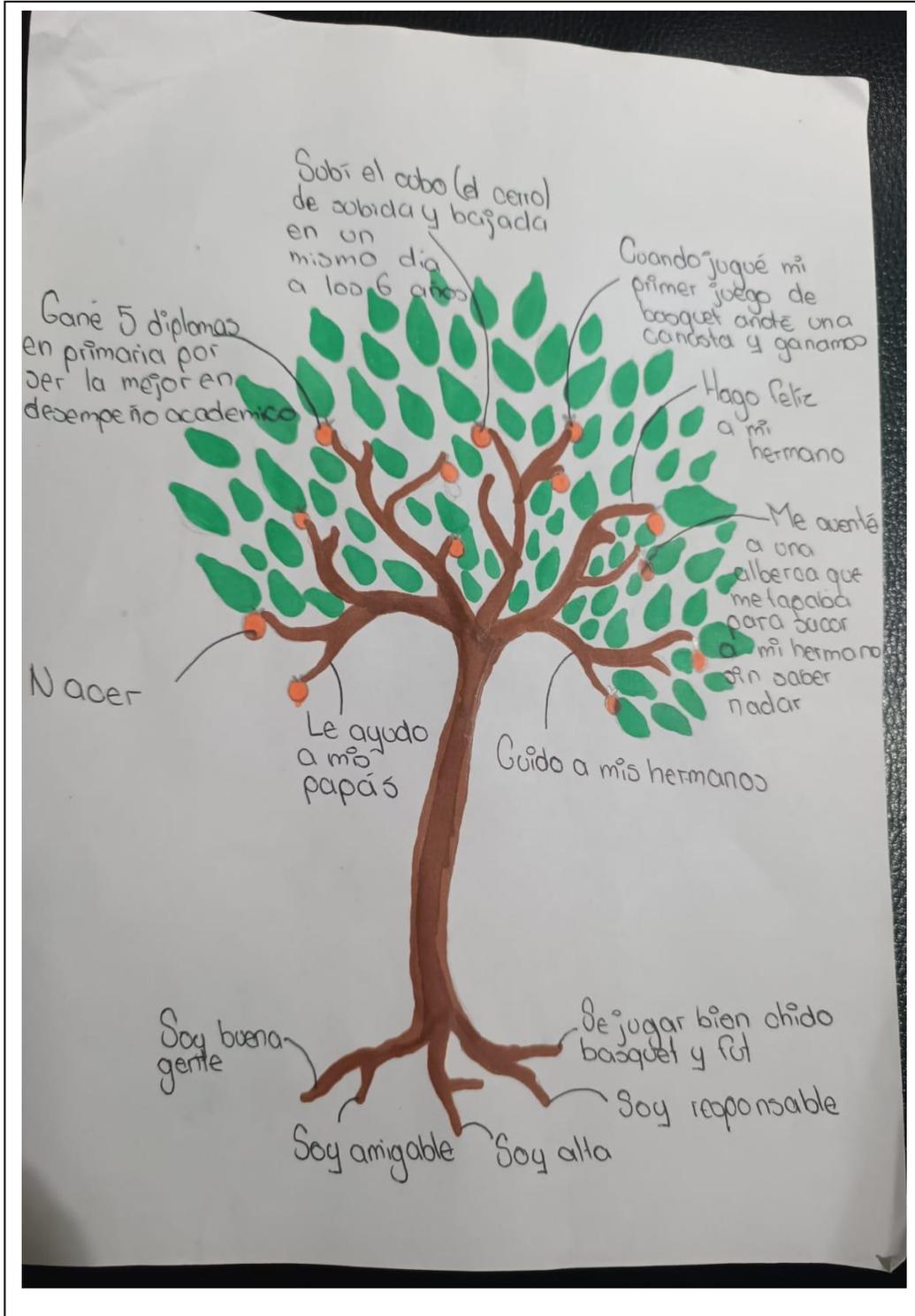
Considero que mis estudiantes si reconocen lo que es el autoestima, pues aparte de estas actividades que se implementaron, es una temática que también se aborda

dentro del contenido de algunas disciplinas, además de que los estudiantes desde grados anteriores identifican a qué se refiere este concepto.

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

Fue muy significativa para mí la actividad del regalo, y compartir emociones, pues es importante que nos reconozcamos como personas con cualidades pero también que identifiquemos los aspectos que no nos gustan tanto de nuestra persona con la finalidad de intentar mejorar, sobre todo si esto afecta a terceras personas, esta es una actividad que en años anteriores ya había implementado, los padres de familia entregaron a sus hijos(as) una caja que contenía un espejo y al entregarlo les comentaron que en esa caja iban a encontrar el regalo más valioso que tenían, fue un momento de mucha emotividad y que ayudó a los padres de familia a expresar sus sentimientos por sus hijos, ya que esto no es algo que suela hacerse con regularidad. Creo que todas las actividades que se implementen con el fin de fortalecer el autoestima son muy relevantes porque no solo afecta el bienestar individual, sino que también influye en la calidad de vida, las relaciones personales, el éxito profesional y académico, y la capacidad para enfrentar los desafíos de la vida de manera positiva.

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







El regalo

¿Qué ves en el espejo? Me veo a mí

¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo? Muy bonita, graciosa, empática

¿Qué cosas buenas tiene esa persona? Soy buena gente, a veces hago reír a las personas, soy muy cariñosa

¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo? a veces hago enojar a las personas o los hago sentir mal.

¿Qué es lo que más te gusta de esa persona? mi personalidad

¿Cambiarías algo de la persona del espejo? sí
¿cómo lo harías? intentando ser mejor.