



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Me siento muy orgullosa y contenta de haberme permitido participar en este taller, en lo referente a este último módulo me es grato narrar que las acciones emprendidas no solamente contribuyen a un mejor rendimiento académico; también propician una mejor convivencia en el salón de clases.

Es necesario resaltar y puntualizar que las actividades emprendidas representaron una experiencia de éxito que dio pauta como referencia a reconocer su eficacia y capacidad para resolver problemas en su quehacer cotidiano. Ante esto, es necesario mencionar que a lo largo de la vida del individuo una sólida autoestima es una herramienta esencial para resolver cualquier reto, y es aquí donde el rol del docente tiene una posición privilegiada para ayudar a sus estudiantes a descubrir sus talentos, contribuir a que se conozcan y tengan confianza en ellos mismos.

Algunas de las estrategias abordadas para alcanzar la meta de fomentar una buena autoestima tuvieron como objetivo: la invitación a la autoaceptación; la identificación de diversas formas de talento y su validación; a valorar también la creatividad y originalidad; a generar y desarrollar un programa de enseñanza específico para que las y los estudiantes puedan sentirse capaces y exitosos.

Creo que es importante detallar lo valioso y útil que resulta compartir con las y los estudiantes algunos aspectos de la vida personal del docente, esto con el fin de que sean reconocidos como seres humanos reales y concretos, con características positivas y retos que enfrentar.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?

Como docente soy consciente del papel tan relevante que se tiene en la conformación de la autoestima de las y los educandos.

La autoestima es un concepto que se construye y se refuerza cada día, este valor relativo que se tiene sobre uno mismo con el fin de alcanzar la satisfacción y seguridad de uno mismo y ante los demás.

El docente como formador educativo, debe de tomar en cuenta que para promover la autoestima hay que tener claridad de que ésta se construye a partir de la interacción con personas significativas para las y los estudiantes, siendo los familiares, amigos y los propios profesores.

La escuela aporta al individuo información relevante sobre su identidad, haciéndolo sentir seguro y querido, por lo tanto, es trascendente que los episodios que se originen en el espacio áulico y escolar sean representativos para abordar y reforzar lo siguiente:

- a) El autoconcepto, a través de intentar mostrar actitudes positivas para enfrentar o asumir ciertas situaciones de la vida diaria.
- b) Comunicación activa y asertiva, lo que permite expresar emociones, necesidades y opiniones de manera adecuada, directa y honesta, respetando las ideas de los demás. Esto permitirá la creación de líderes eficaces que ayuden a resolver problemas y a minimizar el estrés.
- c) Percepción del propio cuerpo, considerando factores personales, sociales y culturales.
- d) La autoevaluación, generar una consciencia propia del ser que se es y reflexionar sobre los mandatos establecidos por la comunidad donde se desenvuelve.
- e) La autoaceptación, reconocer, aceptar y valorar la realidad propia de manera objetiva.
- f) El autorrespeto, el individuo entiende cómo es, lo que vale y lo que necesita sin prejuicios, es decir, tener determinación para alcanzar objetivos claros.

Tener buena autoestima permite que el ente se conozca, se acepte, aprenda a adaptarse a las circunstancias que le rodea, tener buena salud mental y emocional, capacidad para afrontar las adversidades y alcanzar la autorealización.

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

Han desarrollado una comunicación asertiva que requiere de la autoconfianza desarrollada durante las acciones destinadas a fortalecer la autoestima. Las y los estudiantes han logrado expresarse de manera clara ante lo que desean, han persistido y han sido empáticos para decir “no” cuando sea necesario, garantizando que se respeten los sentimientos y derechos de los demás.

La comunicación asertiva en el trabajo escolar tiene muchas ventajas, ya que permite la solución de conflictos y mantener las relaciones interpersonales en el marco de una convivencia sana y libre de violencia.

Así mismo, un comportamiento asertivo en la escuela y fuera de ésta da la pauta necesaria para que la o el estudiante sea un líder asertivo que permite reconocer el valor de los demás y encontrar puntos en común, abordar las situaciones problema con empatía evitando la frustración que se puede sentir al actuar de manera pasiva.

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

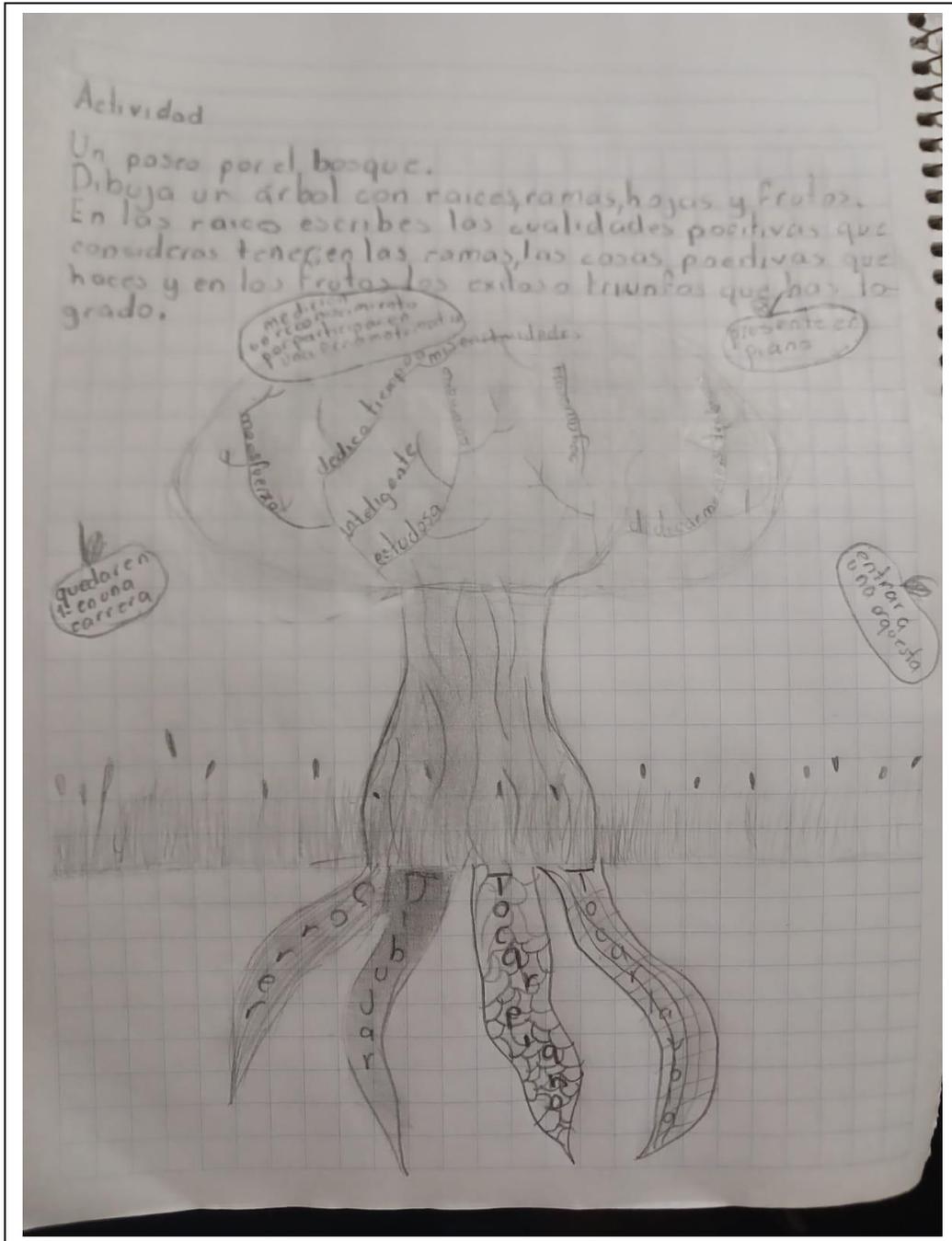
Cada una de las actividades desarrolladas durante el tercer módulo del taller resultaron relevantes para la formación emocional que se está fortaleciendo en cada una y uno de las y los estudiantes.

Es necesario puntualizar que las temáticas planteadas y desarrolladas condujeron a cada educando a revalorizarse como individuo, a plantear y mejorar la relación consigo mismo y con el entorno en que se desenvuelve.

Así también, tomar consciencia desde una perspectiva positiva, de las virtudes y defectos sin creencias limitantes.

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

u
n
a
.



Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar PTP del módulo 3					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.					
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.					
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.					
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.					