



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

### Actividad 1: Los rostros que comunican

- **Emociones y sentimientos:** Curiosidad, empatía, reflexión.
- **Pensamientos:** La observación detallada de las expresiones faciales me hizo reflexionar sobre cómo interpretamos y entendemos las emociones de los demás. Me sentí intrigado al descubrir cuán diferentes pueden ser nuestras percepciones basadas en estereotipos y experiencias personales.

### Actividad 2: El lenguaje no verbal, ¿qué tanto dice?

- **Emociones y sentimientos:** Fascinación, interés, conciencia.
- **Pensamientos:** Me sorprendió cuánto podemos comunicar sin palabras y cómo nuestras interpretaciones del lenguaje no verbal pueden variar. Sentí un mayor entendimiento de la importancia de ser consciente de nuestras acciones no verbales.

### Actividad 3: Mi dragón, mi tortuga, mi pulgar arriba

- **Emociones y sentimientos:** Autoevaluación, determinación, claridad.
- **Pensamientos:** La actividad me hizo reflexionar sobre mis propias formas de comunicación y me motivó a mejorar mi asertividad. Me sentí más consciente de la necesidad de equilibrar mis derechos con el respeto hacia los demás.

### Actividad 4: Hablando el mismo idioma

- **Emociones y sentimientos:** Alegría, unidad, gratitud.

- **Pensamientos:** Las dinámicas, especialmente 'Escribir a Tus Espaldas', me hicieron sentir agradecido por la conexión y el apoyo entre los estudiantes. Observé cómo estas actividades fomentan un ambiente positivo y cohesivo en el aula.

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

La comunicación asertiva se promovió mediante varias estrategias en cada actividad:

- **Los rostros que comunican:** Al interpretar y discutir emociones faciales de la imagen mostrada, los estudiantes practicaron expresar sus sentimientos y percepciones de manera respetuosa y abierta.
- **El lenguaje no verbal, ¿qué tanto dice?:** Esta actividad ayudó a los estudiantes a ser conscientes de sus señales no verbales y a entender cómo estas pueden influir en la comunicación efectiva y respetuosa.
- **Mi dragón, mi tortuga, mi pulgar arriba:** Clasificando y analizando diferentes tipos de comunicación, los estudiantes aprendieron a identificar y practicar la comunicación asertiva.
- **Hablando el mismo idioma:** Las dinámicas como 'Escribir a Tus Espaldas' y la mesa de negociación promovieron la empatía, el respeto mutuo y la expresión abierta de pensamientos y sentimientos, elementos clave de la comunicación asertiva.

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

Mis alumnos ahora reconocen la importancia de la comunicación asertiva por varias razones:

- **Comprensión y Reflexión:** A través de las actividades, han aprendido a identificar y diferenciar entre comunicación agresiva, pasiva y asertiva, entendiendo las consecuencias de cada una.
- **Experiencia Práctica:** Participar en dinámicas que fomentan la comunicación abierta y respetuosa les ha permitido experimentar de primera mano los beneficios de ser asertivos.
- **Apoyo y Respeto:** Han visto cómo la comunicación asertiva contribuye a un ambiente de aula más positivo y cooperativo, donde se respetan las opiniones y sentimientos de todos.

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

##### Actividades más significativas:

- **Escribir a Tus Espaldas:** Esta actividad ha sido fundamental para fomentar un ambiente de apoyo y reconocimiento entre los estudiantes. Me ha mostrado el poder de los comentarios positivos en la construcción de relaciones saludables.
- **Mi dragón, mi tortuga, mi pulgar arriba:** La clasificación de tipos de comunicación ha sido muy reveladora para mí y mis estudiantes, ya que nos ha permitido identificar comportamientos comunicativos que debemos evitar y fomentar.

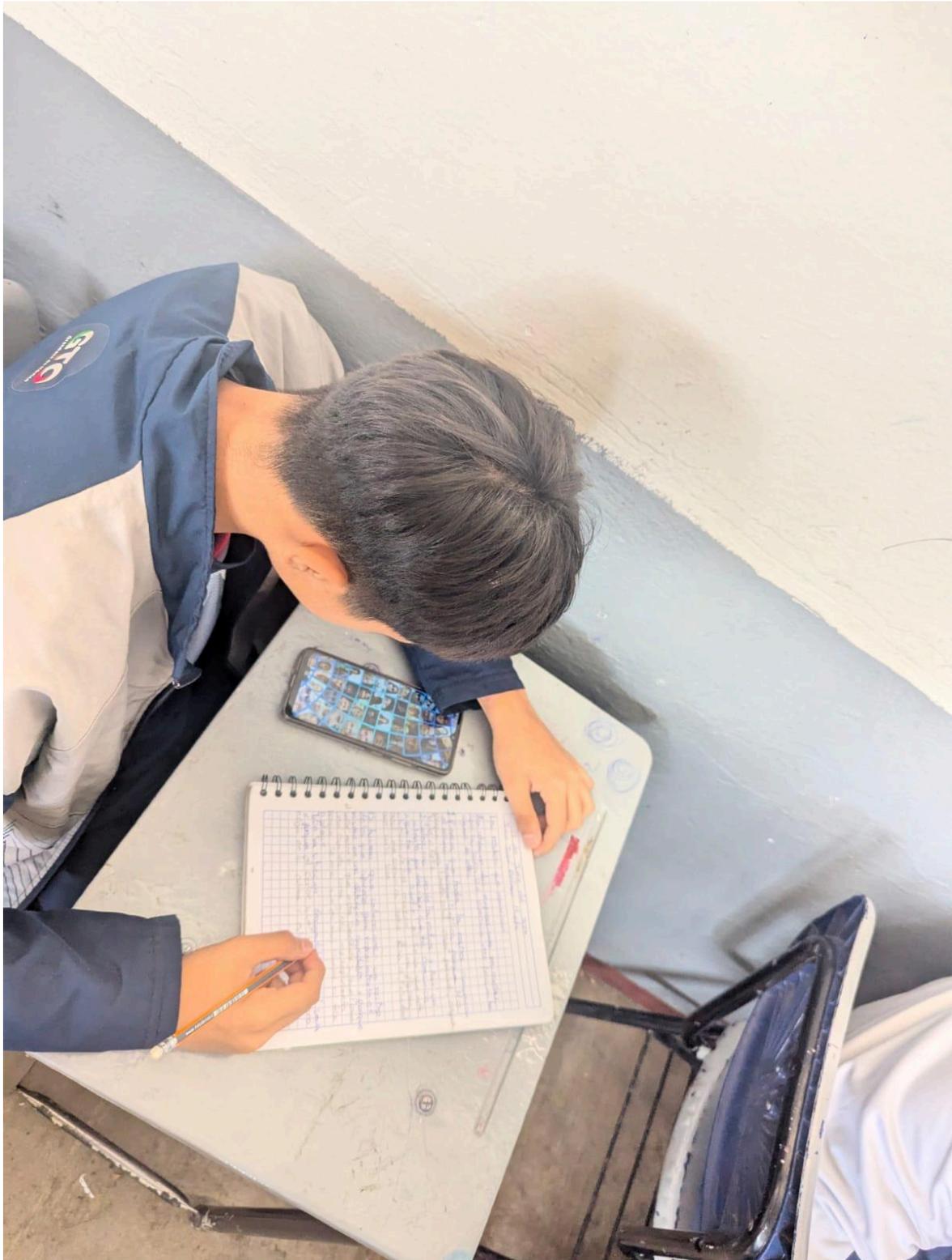
## 5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

### Evidencia Fotográfica:

1. **Los rostros que comunican:** Fotos de los estudiantes observando las imágenes de los rostros y discutiendo sus interpretaciones. **Descripción de la actividad:** Los estudiantes observaron imágenes de diferentes rostros y discutieron las emociones que percibían, basándose en expresiones faciales y estereotipos sociales. Esta actividad fomentó la reflexión y la empatía al reconocer y entender las emociones de los demás.



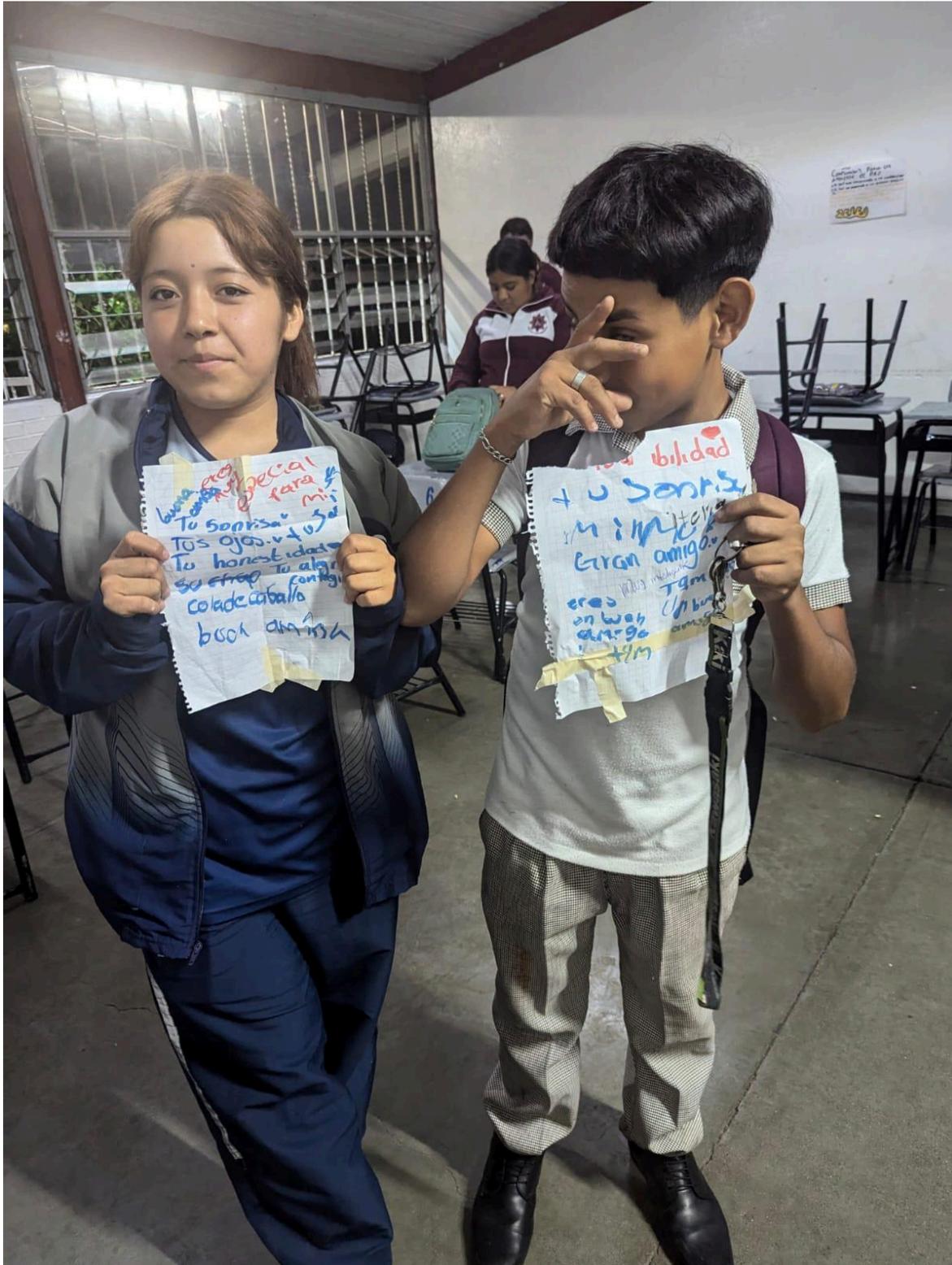






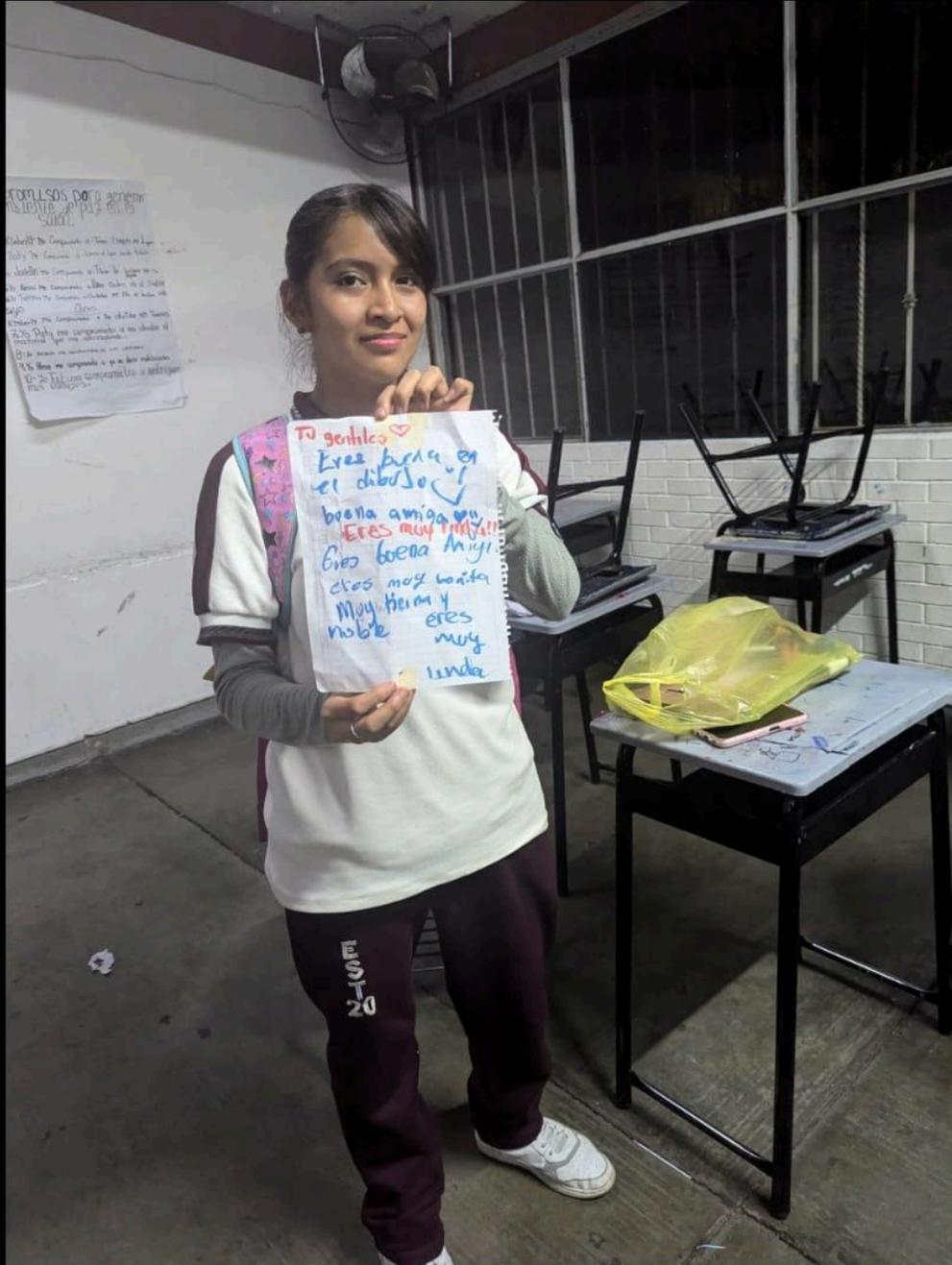


2. **Escribir a Tus Espaldas:** Fotos de estudiantes con hojas en la espalda, sonrientes mientras leen los comentarios positivos. **Descripción de la actividad:** Los estudiantes escribieron cualidades positivas de sus compañeros en hojas colocadas en la espalda de cada uno, fomentando la empatía y la valoración mutua.

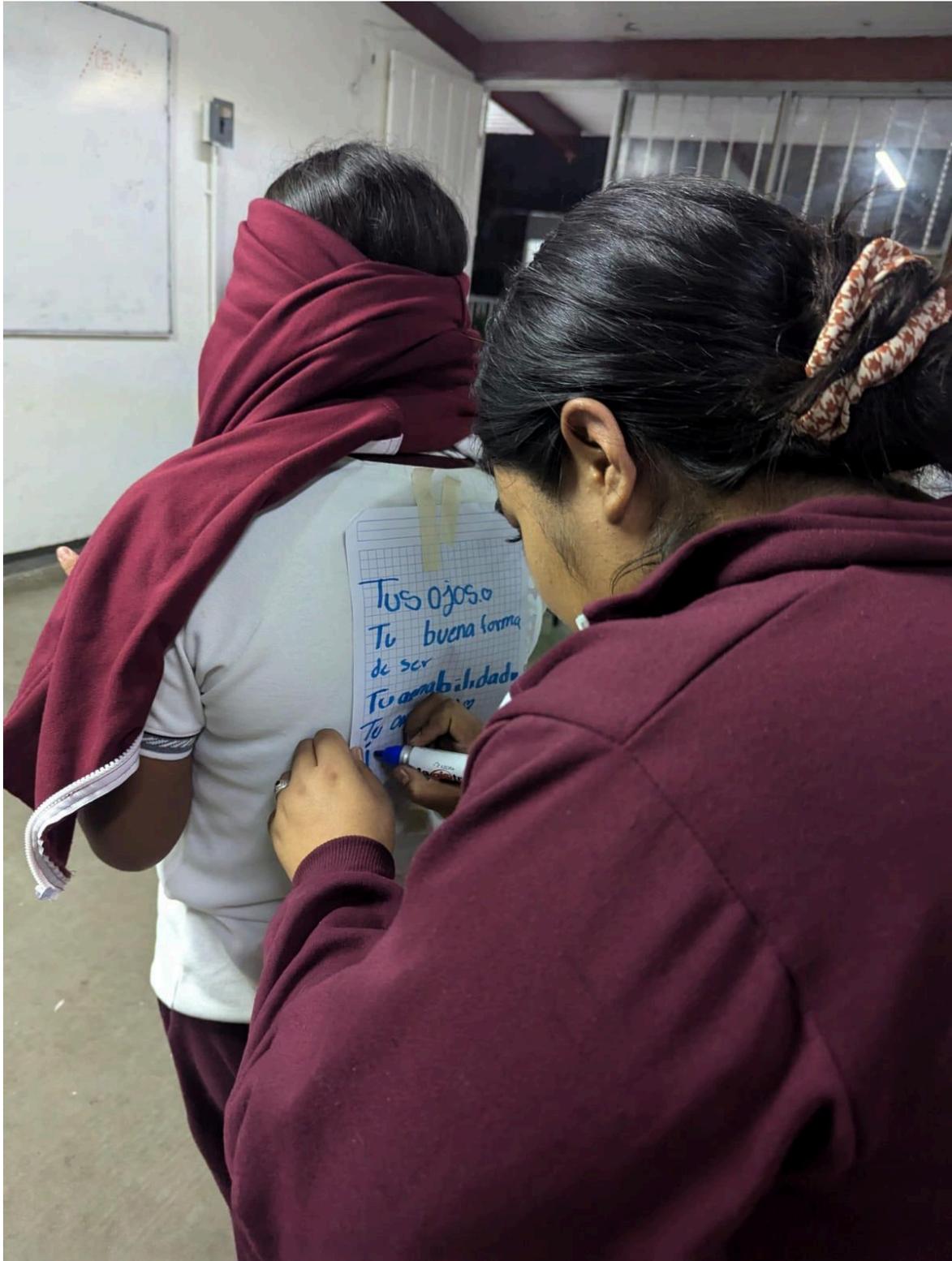




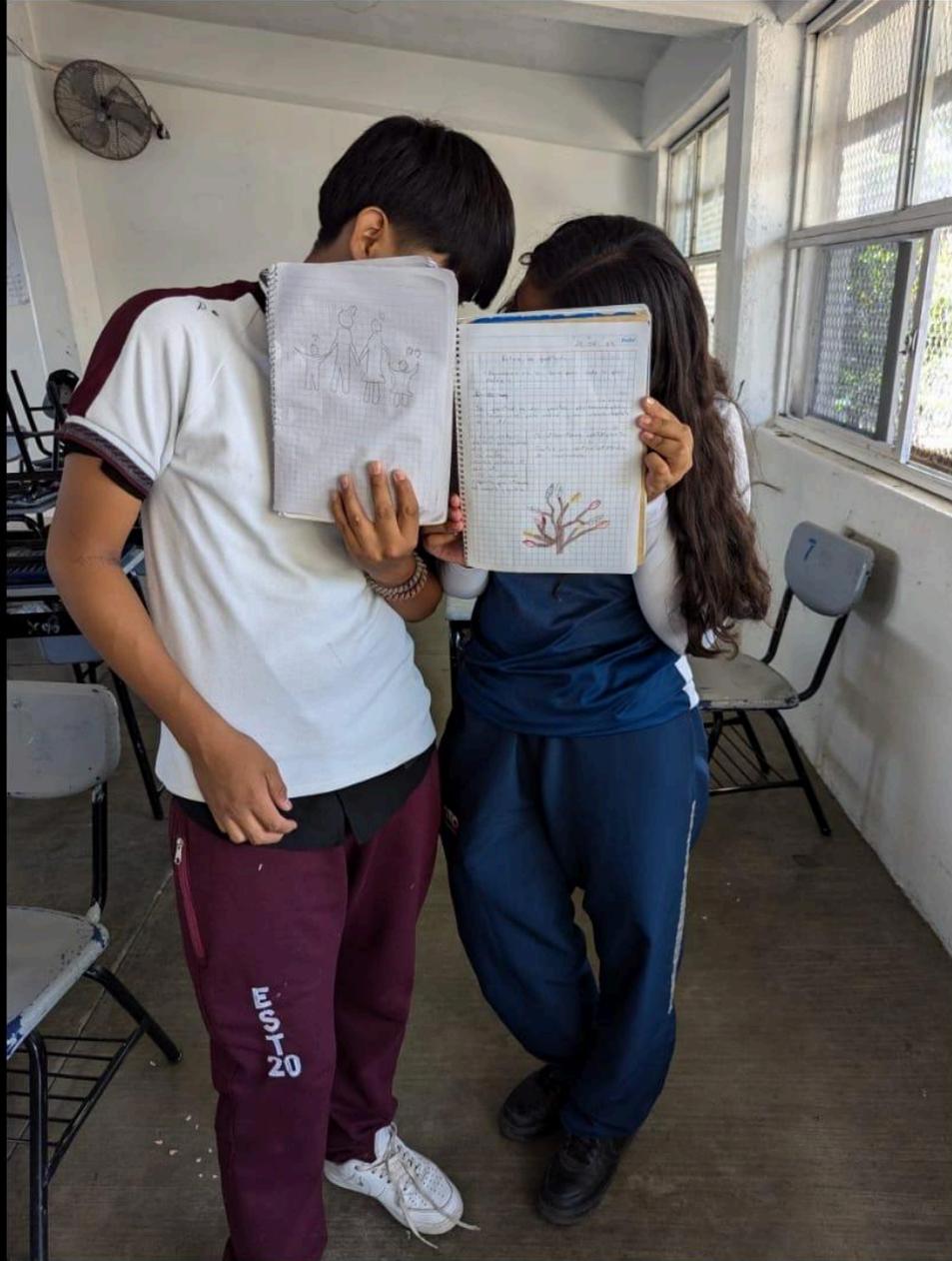






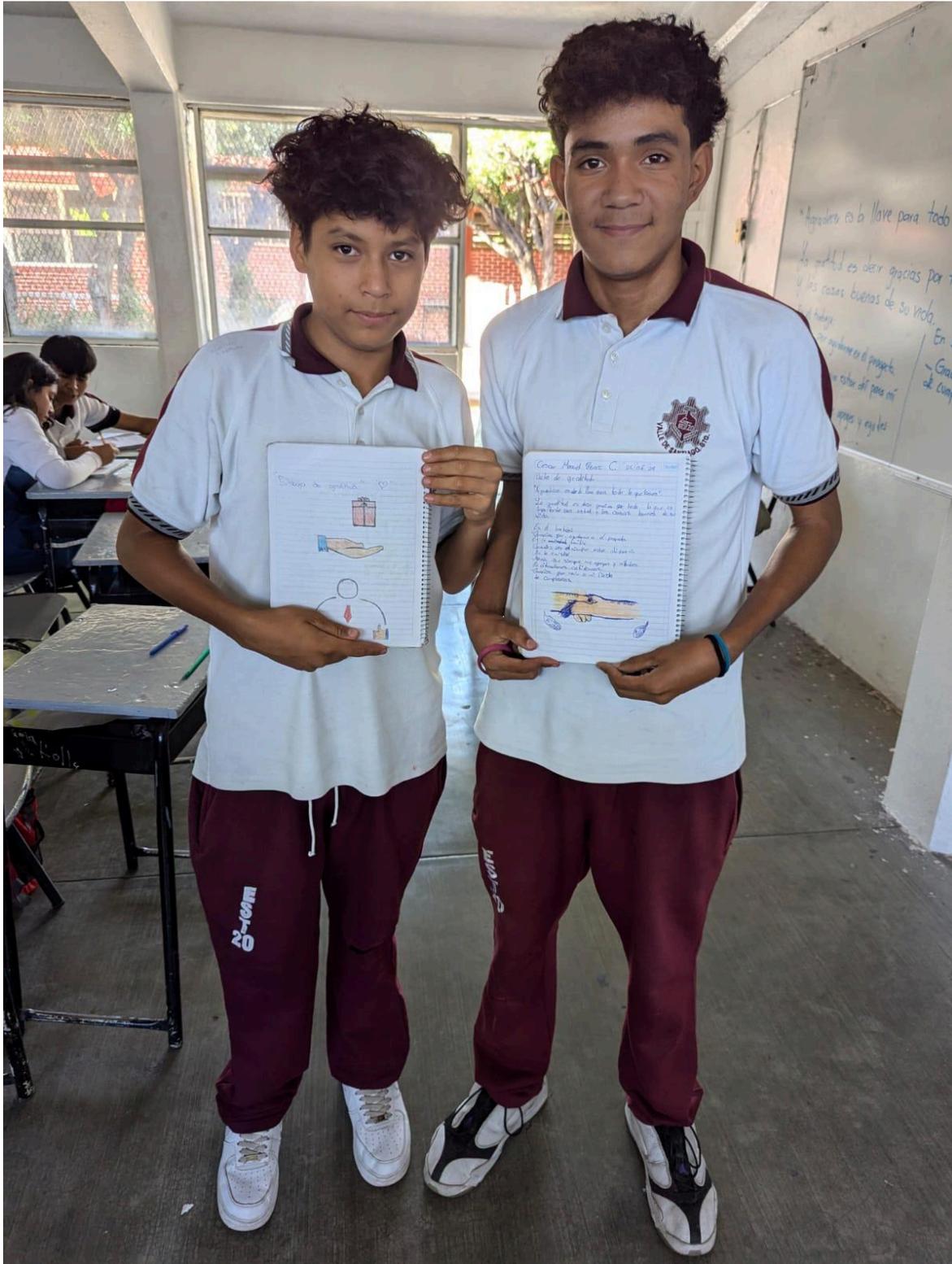


3. **Dibujo sobre Generosidad y gratitud:** Imágenes de los dibujos realizados por los estudiantes, mostrando diferentes representaciones de generosidad. **Descripción de la actividad:** Después de discutir los conceptos de generosidad y gratitud, los estudiantes realizaron dibujos que representan actos de generosidad, promoviendo la reflexión y expresión creativa.











de su vida.

<p>En el trabajo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gracias por ayudarme en el proyecto.</li></ul> <p>En familia:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gracias por estar ahí para mí.</li></ul> <p>En la amistad:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Aprecio que siempre me apoyas y ayudas.</li></ul>	<p>En situaciones cotidianas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gracias por venir a mi fiesta de cumpleaños.</li></ul>
--	--

A hand-drawn tree diagram on grid paper. The trunk is brown and branches out to various colorful ovals containing words: 'Amigos' (yellow), 'Equipos' (yellow), 'Aprecio' (white), 'Ayuda' (red), 'Comprensión' (yellow), 'Oportunidades' (red), 'Juegos' (white), 'Amino' (orange), and 'Costos' (red).

de gratitud. 21 06 29 Scribe

A agradecer es de la llave para todo lo que tienes".

La gratitud es decir gracias por todo lo que es importante para usted y las cosas buenas de su vida.

En el trabajo:

- Gracias por ayudarme en el proyecto.

En la ~~amistad~~ familia

Gracias por ~~el~~ siempre estar ahí para mí

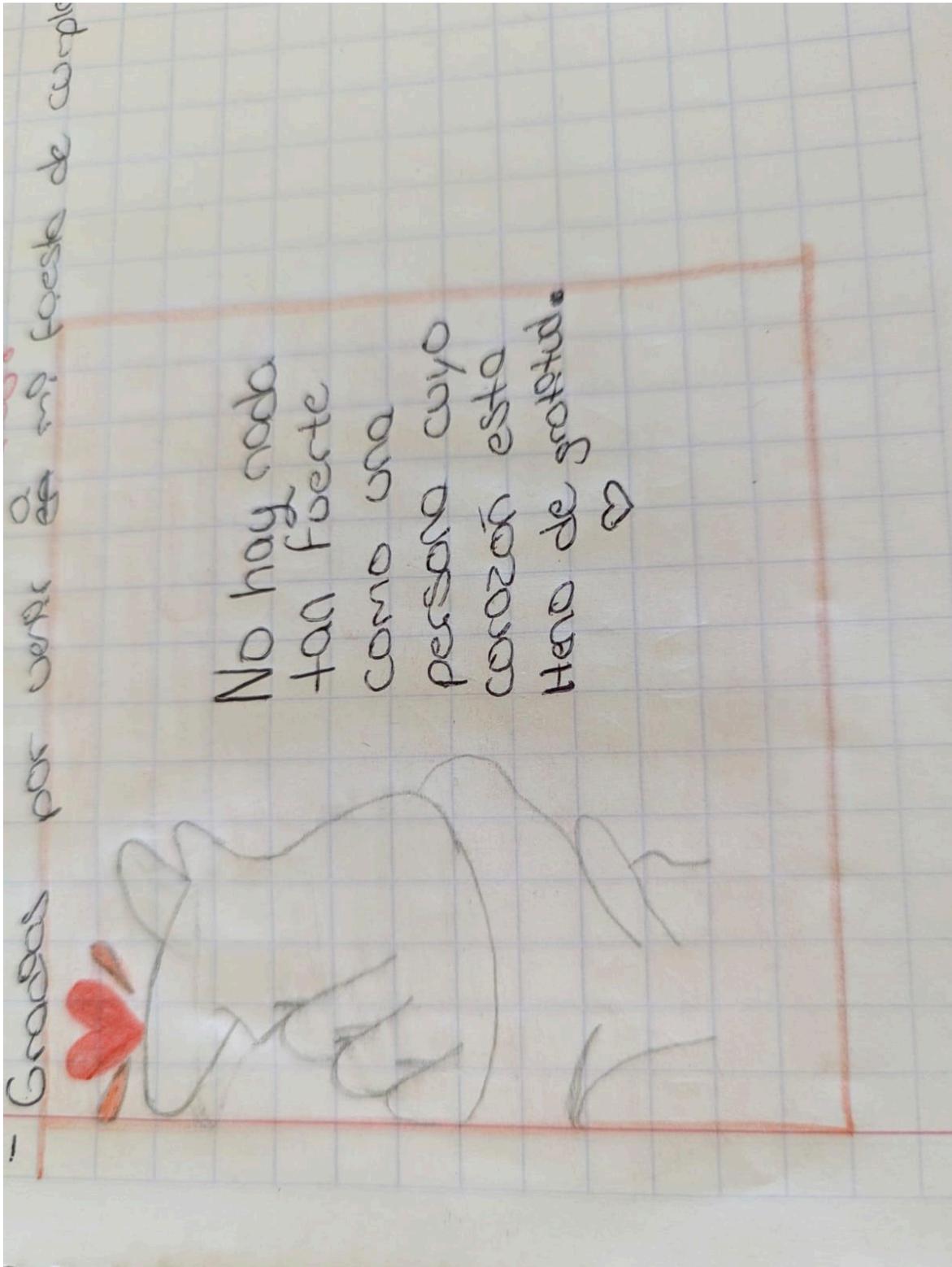
En la amistad

- Aprecio que siempre me apoyes y ayudes en situaciones cotidianas.
- Gracias por venir a mi fiesta de cumpleaños.

La gratitud en el trabajo

Gracias por ayudarme en el proyecto

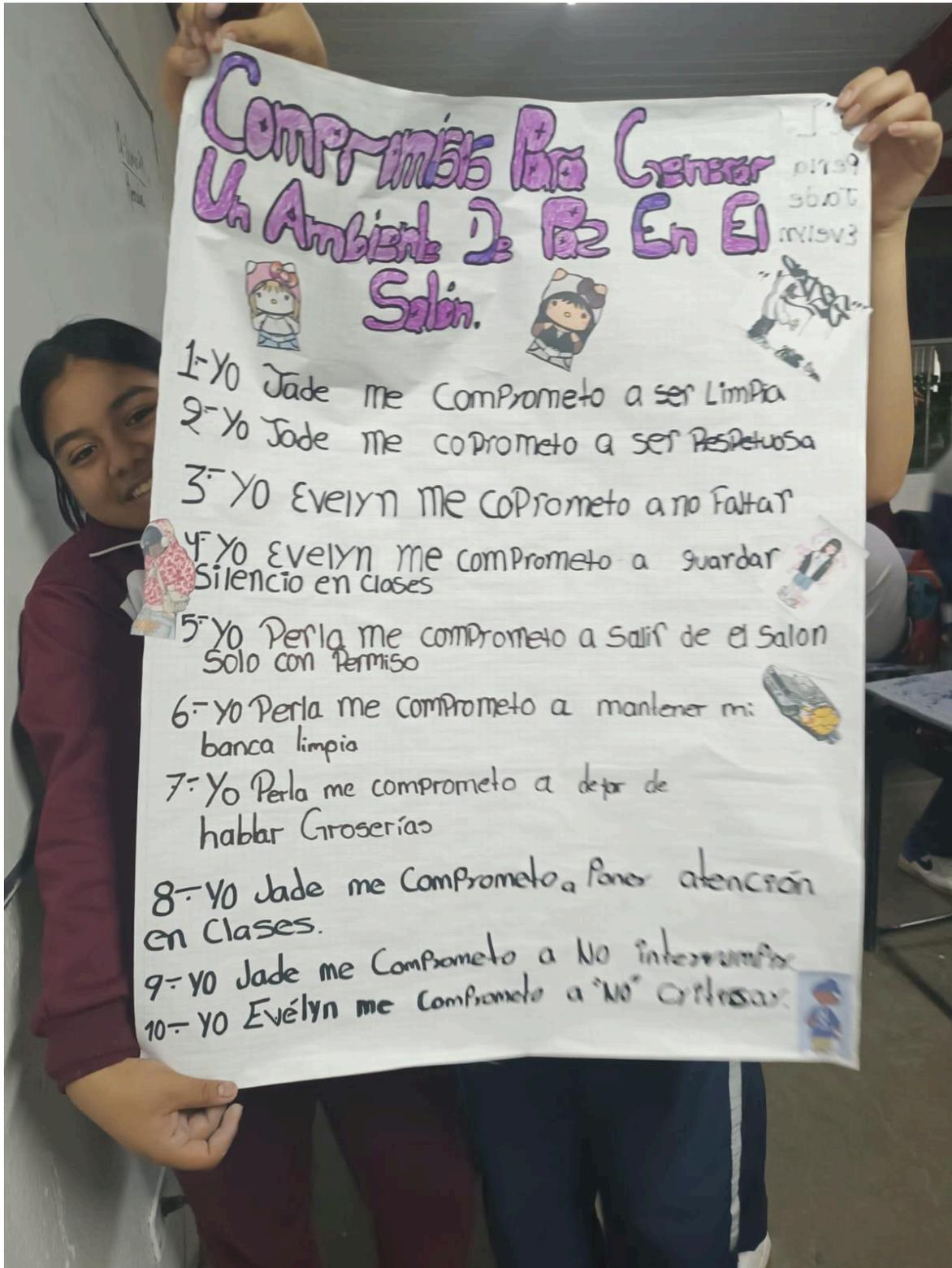
de nada en un momento





5. **Mesa de Negociación y Diálogo:** Fotos de los acuerdos grupales escritos y firmados por los estudiantes, así como imágenes de los estudiantes discutiendo en grupos pequeños. **Descripción de la actividad:** Los estudiantes participaron en una discusión grupal para crear acuerdos que promuevan la paz y el respeto en el aula, aprendiendo habilidades de negociación y resolución de conflictos.

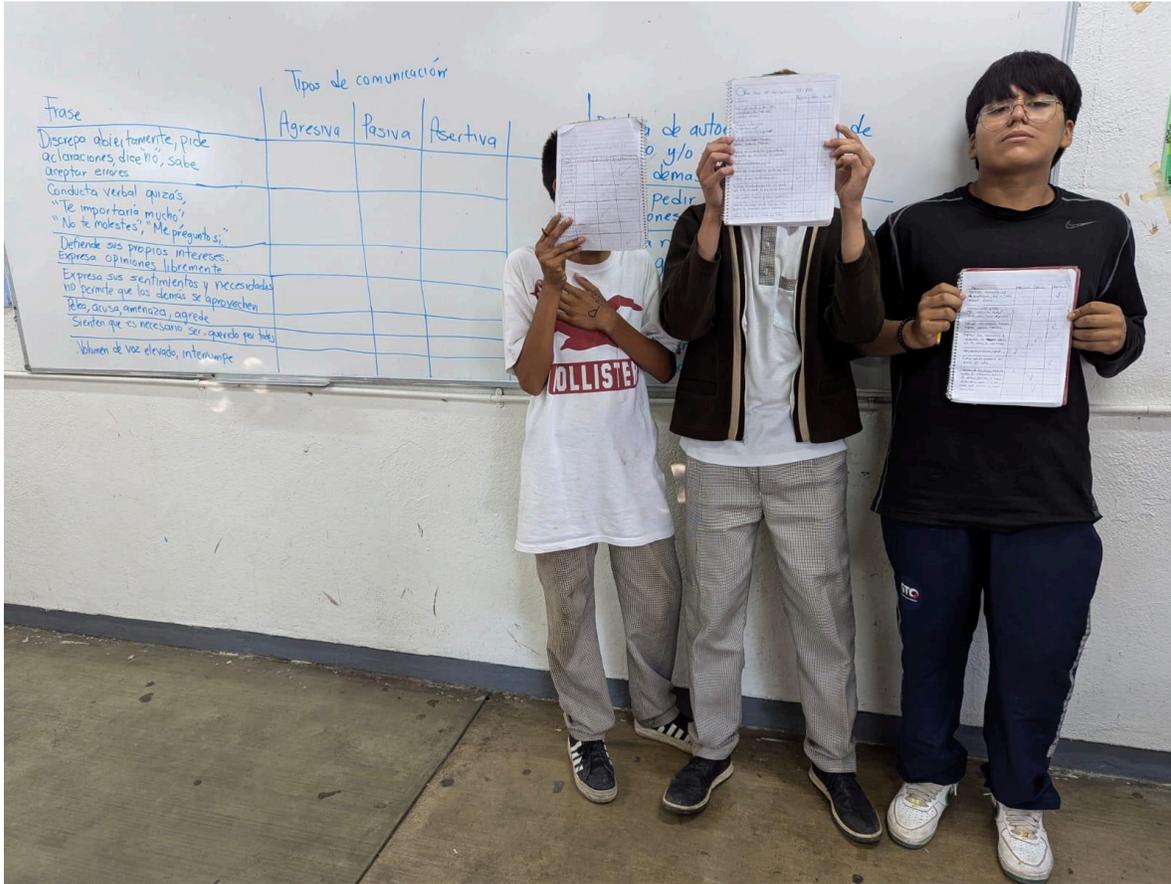








6. **Mi dragón, mi tortuga, mi pulgar arriba:** Fotos de los estudiantes clasificando las frases según los tipos de comunicación y participando en discusiones sobre la comunicación asertiva. **Descripción de la actividad:** Los estudiantes clasificaron frases según los tipos de comunicación (agresiva, pasiva, asertiva) y discutieron cómo evitar la comunicación agresiva y pasiva, promoviendo la práctica de la comunicación asertiva. Esta actividad ayudó a los estudiantes a ser más conscientes de sus patrones de comunicación y a mejorar sus habilidades de comunicación interpersonal.



22

Adón Durán 311 Matemáticas 21/6/24

Frase	Agresiva	Reserva	Reservo
Discrepa abierto, también, pide aclaraciones, dice "no", sabe aceptar errores			✓
Conducta verbal quejas "Te importa mucho" "No te molestes", "Me preguntan"	✓		
Defiende sus propios intereses, Expresa Opiniones libremente			✓
Expresa sus sentimientos y necesidades no permite que los demás se apropien.			✓
Pelica, acusa, amenaza, agride	✓		
siento que es necesario ser querido por todos			✓
Volumen de voz elevado, interrumpe	✓		
Pérdido de autoestima, pérdida de aprecio y/o falta de respeto de los demás hacia el o ella		✓	
Sabe pedir favores y hacer peticiones			✓
Conducta no verbal, mirando fijo, voz alta, gestos de amenazas, postura intimidatoria	✓		
Volumen bajo de voz, silencios por el o ella			✓

Estrella+

discrétalo frente a picos  
algunos con dice no, suke  
a pecto craves

Agresión

1	Frace	la agresiva	Reid: un	asertiva
1	leimorta mucho Moxmolest 5 me y regu n to do			✓
2	Pelme sus Prome dco 7 nuse lo a can sado		✓	
3	EXPRESUS Senti nich cos ync de sidues no i potola que nas		✓	
4	Pelca do curam no z al de	✓		
5	sic nte c s nese sid ad se pedidos			✓

peleayocusa, moraza  
Siente que es nece  
querido

Frases	Agresiva	pasiva	Asertiva
Discrepa abiertamente, pide aclaraciones, dice no; sabe aceptar errores.			✓
Conducta verbal quizás, "Te imitaría mucho" "No te molestes" "me pregunto si"		✓	
Define sus propios intereses. Expresa opiniones libremente.			✓
Expresar sus sentimientos y necesidades no <del>impone</del> quiere que los demás se quiebran		✓	
Reclama, acusa, amenaza, regaña	✓		
Siente que es necesario ser querido por todos			✓
Volumen de voz elevado, interrumpe, pérdida de autoestima/pérdida de aprecio y/o falta de respeto de los demás hacia él o ella	✓	✓	
Sabe pedir favores y hacer peticiones			✓

### Rúbrica PTP 2

<b>Instrumento para evaluar PTP del módulo 2</b>					
<b>Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión</b>					
	<b>I n s u f i c i e n t e</b>	<b>S u f i c i e n t e</b>	<b>S a t i s f a c t o r i o</b>	<b>D e s t a c a d o</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.					