



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

**ANA MARGARITA PADIERNA LÓPEZ**

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

Con actividades llevadas a cabo se logró la concientización de las emociones que experimentamos en diversas situaciones y pude percibir que los alumnos se sintieron alegres y entusiasmados. Cabe mencionar que la actividad de “El aula de las palabras amables” permitió mejorar las relaciones interpersonales existentes en el grupo, ya que en días anteriores se habían presentado algunos conflictos. Sin embargo, el expresar palabras positivas a los compañeros crea ambientes propicios y cordiales en el aula.

Por otro lado, la actividad de “Cuatro a la vez” les resultó divertida y mediante ella pudieron identificar que existen emociones que son nuestras fortalezas, y así mismo se reconozcan como tales.

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

La manera en la que se promovió la comunicación asertiva fue al expresar como se sintieron en las actividades, además de concientizar que la comunicación es un aspecto muy importante en la vida cotidiana y el saber expresarse hacia los demás permite crear relaciones personales saludables. Además, la actividad del aula de las palabras amables les enseñó la importancia de expresar a las personas lo que pensamos de ellas de manera positiva.

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

Considero que mis alumnos conocen la importancia de las palabras y el comunicarse de manera asertiva con los demás, ya que a través de la comunicación podemos evitar que existan malentendidos dentro del grupo con los compañeros. Dentro de los ejemplos que se expresaron fueron el teléfono descompuesto.

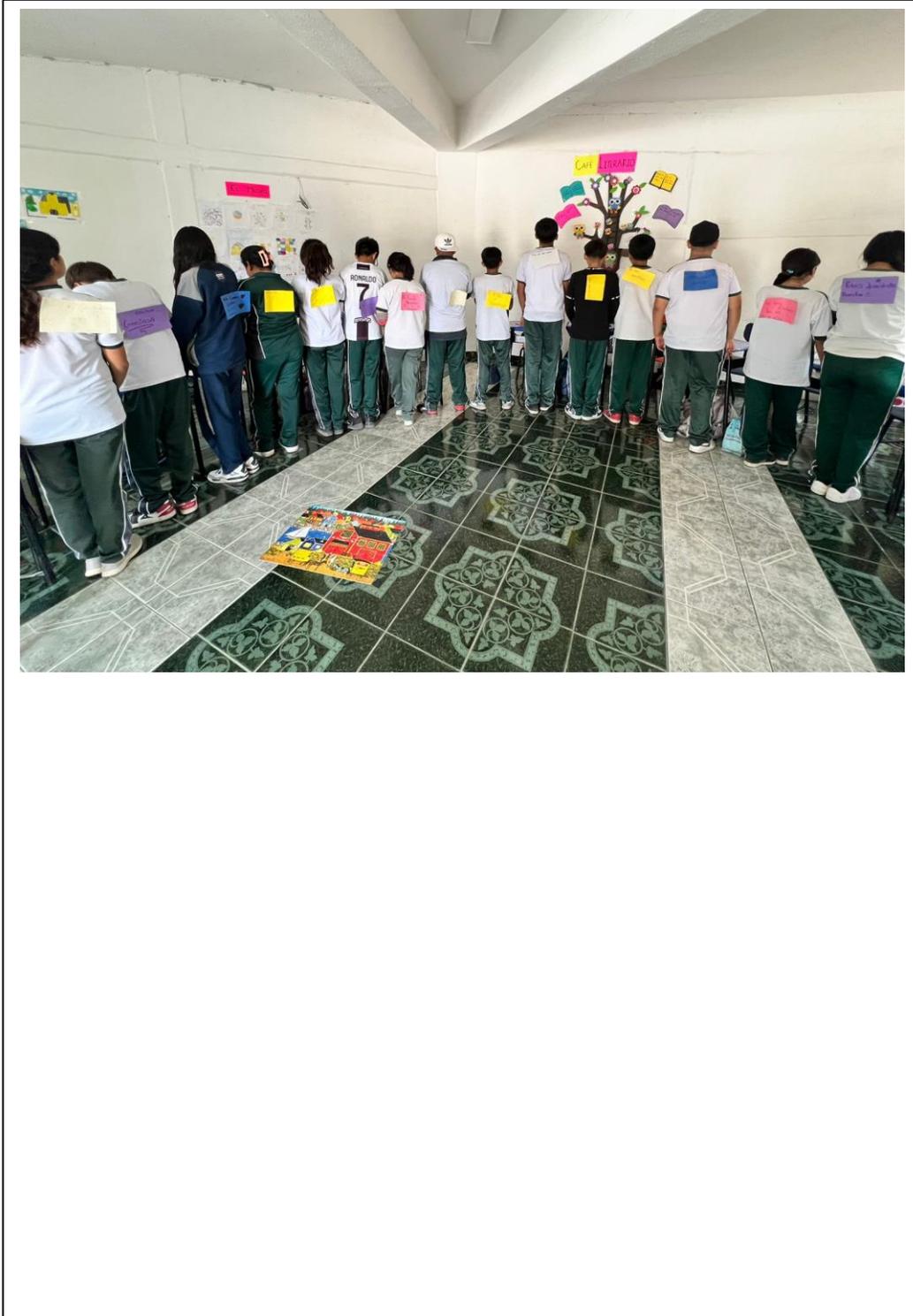
**1. Describe para ti las actividades más significativas de este segundo módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.**

Los hijos son el reflejo de los padres es una de las actividades mas significativas, ya que pude poner en práctica dicha actividad con los padres de familia.

Análisis de mi comunicación con los demás es otra de las actividades que me resultó significativa porque es importarte reflexionar en torno a las actitudes que tomamos con las personas que nos comunicamos y esto me permitió tener una comunicación asertiva con quienes me rodean.

Ponerse en los zapatos de otro es una de las actividades mas relevantes para generar empatía con los demás. En muchas ocasiones no identificamos las situaciones en las que los demás necesitan de nuestro apoyo.

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



### 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.					