



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Cada que avanza más el taller me doy cuenta que me conozco un poco menos, o que realmente no sabía cómo me sentía o donde lo sentía, creo que es muy importante conocernos bien a nosotros para poder comprender un poco de lo que pueden estar sintiendo los demás. Me siento (contento, feliz, en ocasiones frustrado por que además del taller tenemos que estar realizando otras actividades propias de la escuela).

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

Se permite que los alumnos dialoguen, expresen sus sentimientos en la actividad de la hoja de papel y en la actividad de expresión corporal, cuando se presentó una situación inesperada se da la oportunidad a cada uno de los involucrados para que expresen su sentir sobre la situación respetando la opinión de cada uno evitando conflictos.

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

Al realizar las actividades se aclaró en los alumnos que es la comunicación, tipos de comunicación y cuál sería la que debemos utilizar con mayor frecuencia o siempre. Aun que siento que no solo es reconocerla, si no también llevarla a cabo en la familia y grupos de convivencia.

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

Me han gustado mucho las conferencias del taller desde el módulo 1 en este módulo 2 me queda más claro que siempre vivimos en emociones aun que no nos demos cuenta y que esas emociones las percibimos por los sentidos y cada una de nuestras emociones tienen una respuesta, y al dar respuesta a nuestras emociones debemos utilizar una comunicación asertiva. Estoy iniciando a mejorar en mi comunicación asertiva!