



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

Mis estudiantes expresan diferentes emociones, debido a distintos conflictos que viven en su hogar y la escuela la ven como una nueva oportunidad para olvidar lo de casa, las siguientes actividades han ayudado a desarrollar las habilidades emocionales, les han logrado activar la curiosidad, la felicidad, la alegría, el interés me han sorprendido como lo hacen nuestros estudiantes constantemente.

2.- ¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo? A través de la interacción maestro – alumno ha permitido acompañar y a escuchar a los estudiantes con actitudes de reciprocidad y compromiso, es fundamental si lo que se quiere es apoyarlos a que aprendan a dialogar y a generar vínculos no solo con quienes se comparten los gustos e ideas, sino también con aquellos cuya postura ante la vida es distinta, quizás opuesta y con quien se tiene que convivir cotidianamente y muchas veces compartir tareas. Priorizando el bienestar de los estudiantes para que tengan la libertad de expresar sentimientos internos que son los más complicados de detectar.

Se ha logrado la empatía en mis estudiantes por que se ponen el lugar del otro se apoyan y son solidarios entre ellos mismos, además estas acciones propuestas en el manual del participante del módulo 2 me han permitido conocer más a mis estudiantes, porque han sido interesantes y llamativas para los estudiantes.

Además, se consideró el autoconocimiento y la autorregulación para que se dé la comunicación asertiva los estudiantes deben de conocerse a si lograr sus emociones o sentimientos. Existe la libertad de expresar y la confianza de comunicar sus emociones.

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

Si por que expresan lo que sienten poniéndose en el lugar del otro así se logró la empatía, en la escuela **los estudiantes observan, identifican, aprenden, experimentan y replican comportamientos, normas sociales, actitudes y habilidades socioemocionales. Los maestros constituimos una referencia para los estudiantes en el salón de clase e influyen en su desarrollo y relación maestro alumno. Existe la libertad de expresar lo que se piensa.**

4.- Describe para ti las actividades más significativas de este segundo módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica. El lenguaje no verbal, ¿Qué tanto dice?, análisis de mi comunicación con los demás, ponerse en los zapatos del otro, cuatro a la vez, veo y siento, ¿Qué es?, el aula de las palabras amables, Elogiar a tus estudiantes, compartir retroalimentación de su día a día o de momentos específicos, detección de estados de ánimo del alumnado, sonreír más y relajar el cuerpo, agradecer los momentos, el día o las situaciones compartidas a su grupo, fomentar la empatía hacia los estudiantes y entre ellos / as. Se están trabajando diariamente como pausas activas, se incluyeron en la planeación diaria para activar las principales emociones en nuestros estudiantes, (con la alegría puedo, reír, disfrutar, compartir), (con el aburrimiento puedo, buscar algo que me guste, activarme y divertirme), con la ansiedad puedo, hacer una pausa, pensar algo bonito, respirar), con la tristeza puedo, pedir un abrazo, llorar, comunicar lo que siento), con el enojo puedo, contar hasta 10, tiempo fuera, tomar aire, todo esto con la intención de que los estudiantes logren una comunicación asertiva a través de expresar sus sentimientos internos y externos por medio de la libertad de expresión, nosotros como maestros somos la referencia de nuestros estudiantes e involucrar a los padres de familia como parte fundamental para crear la confianza.

1. 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.				X	
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.				X	
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.				X	
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.			X		