



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Sin lugar a duda, creo que estas actividades me apoyaron bastante, tengo un poco más del año con problemas de depresión, sin embargo, mientras estuve trabajando en mi persona y haciendo el curso a la par, hubo muchas actividades que me hicieron llorar más de una vez, pero también, me ayudaron a reconciliarme conmigo mismo.

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Aprendí a darme, aunque sean unos minutos a mí mismo, sin pensar en los demás, sin dejar de lado mis sentimientos y de igual forma, aprender a validarlos para poderlos trabajar.

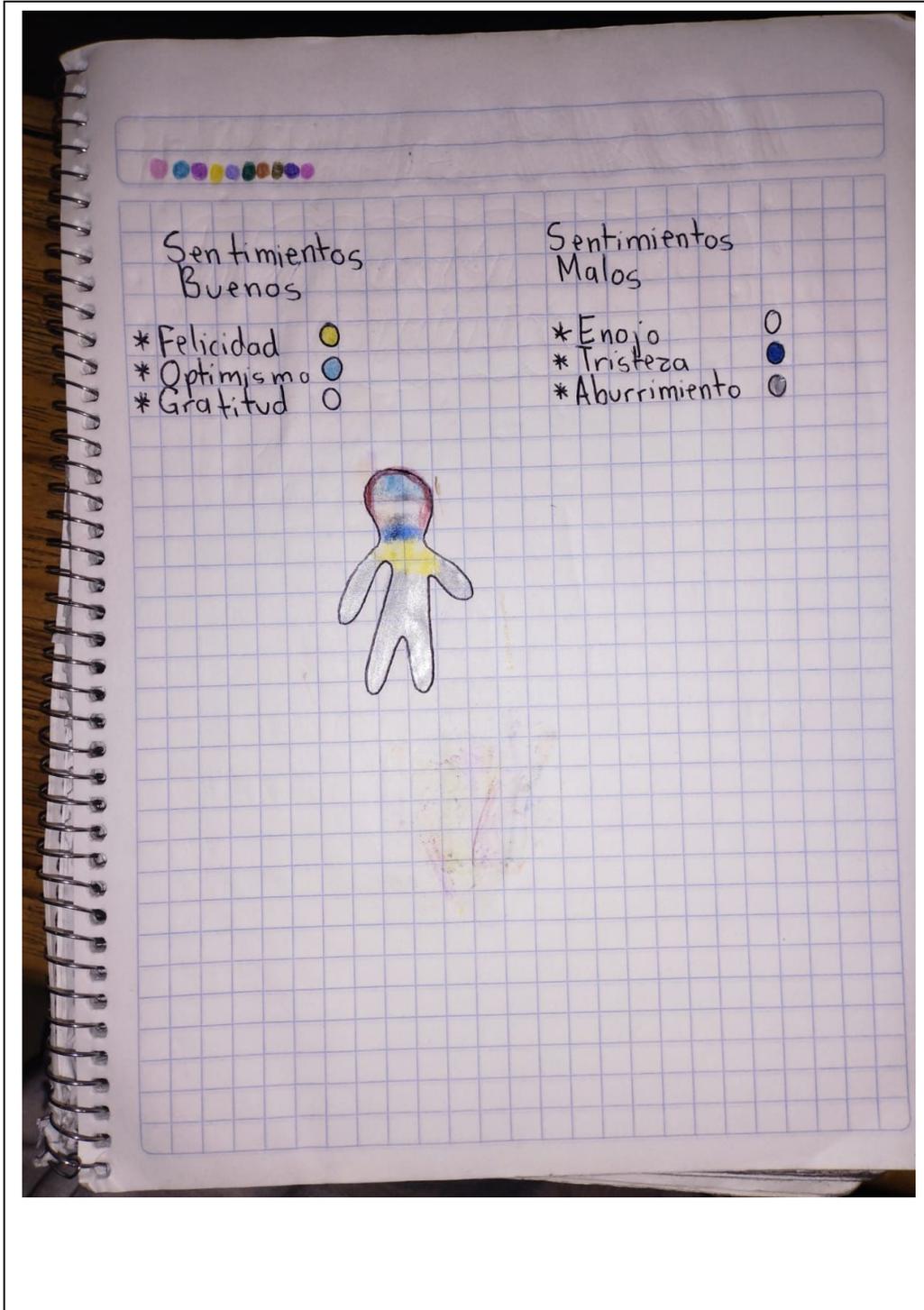
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Claro, con la mayoría, aprendimos a que validaran sus emociones, a que pudieran reconocerlas y trabajarlas, sobre todo, a que aprendan que ninguna emoción es buena o mala, simplemente es una emoción creada en nuestro cerebro con una finalidad.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Creo que es importante trabajarlos con ellos, poder guiarlos a retomar sus problemas y situaciones, ya que ellos no cuentan con mucha experiencia en la gestión de sus emociones,

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



RÚBRICA PTP M1

Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades.			X		
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.			X		
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.		X			
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	