



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

#### 1. PENSAMIENTOS Y EMOCIONES DE LAS ACTIVIDADES LLEVADAS A CABO.

Al realizar esta actividad en el grupo, me di cuenta de que aún me falta más por trabajar el valor de la empatía, me dio tristeza, disgusto y nostalgia, que no he trabajado suficiente el valor de la empatía, ya que he llegado a ver la poca consideración que existe entre los compañeros, al ver las burlas, al sentir desprecio, al no querer juntarse con todos sus compañeros porque no son amigos, me dio cuenta de que necesitaba trabajar más este valor.

#### ¿DE QUÉ MANERA SE PROMOVió LA COMUNICACIÓN ASERTIVA DURANTE LAS ACTIVIDADES LLEVADAS A CABO?

La comunicación asertiva se llevó a cabo cuando los alumnos expresaron sus pensamientos, sentimientos y necesidades de manera clara, directa y respetuosa sin ofender a nadie, cuando en la actividad se conocieron más, conocieron su forma de pensar, de platicar, de sus intereses, de sus emociones, etc. Esta forma de comunicación es esencial para crear un ambiente favorable y de aprendizaje positivo entre todo en el grupo, además teniendo una buena comunicación todos nos sentimos escuchados y comprendidos.

Esta actividad ayudara a promover la comunicación afectuosa, respetuosa y dinámica en nuestro salón de clases.

#### 1. HOY TUS ALUMNOS RECONOCEN LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA ¿POR QUÉ?

Trabajando la comunicación asertiva me ayudara a que mis alumnos apliquen la empatía con todos sus compañeros en el aula, reforzaran sus afirmaciones positivas al platicar o convivir con sus compañeros, a expresar opiniones sin ofender a nadie, a llegar acuerdos sin hacer sentir mal a nadie, pienso que la comunicación asertiva será poco a poco, pero para que se dé necesitamos trabajar todos los días el valor de la empatía, no sedará de un día a otro, por eso

me propongo trabajar diariamente para que mis alumnos reconozcan y tengan una comunicación asertiva en el salón de clases

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

Durante la semana realice dos actividades diferentes con mis alumnos, la primera de ella fue **“Fomentar la empatía hacia los estudiantes y entre ellos”** me gusto esta actividad ya que tuve respuestas favorables con mis alumnos, al querer conocer mas significativamente a otros compañeros del mismo grupo, fomentando el valor de la empatía, el cómo tomar mejores decisiones y como el escuchar a los demás permite mejor comunicación de manera positiva con las demás personas.

La segunda actividad fue **Aprender a distinguir con el grupo cuando una comunicación es agresiva pasiva y asertiva y practicarlo”**, los alumnos identificaron diferentes problemas que han pasado en el salón y reconocieron que tipo de comunicación usaron y que pueden hacer para resolver buscando una solución a los conflictos.

El día de hoy fueron psicólogas del DIF a dar una platica a los grupos de cuarto a sexto grado, sobre la salud emocional. Empezó platicando sobre los derechos y obligaciones que tiene los niños, para después seguir sobre las emociones que ha tenido durante esta semana, les gusto mucho ya que tomo como referente el tema de la película ‘intensamente’ destaco la importancia de las emociones, pero igual de importante es el saber regularlas para sentirnos alegres y felices.

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



**EMPATIA:** Alumnas que siendo del mismo grupo, no conocían nada una de la otra, solo por no ser del mismo grupo de amigas. Platicaron durante el recreo, conocieron un poco mas de ellas, sus intereses, sus gustos, etc.



**APRENDER A DISTINGUIR SI LA COMUNICACIÓN ES AGRESIVA PASIVA Y ASERTIVA Y PRACTICARLO:** los alumnos identificaron diferentes problemas que han pasado en el salón y reconocieron que tipo de comunicación usaron y que pueden hacer para resolver buscando una solución a los conflictos.



Actividades por la psicóloga del DIF, sobre las emociones, el amor, el respeto y la familia

### 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.					