



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

Transformar el lenguaje agresivo y pasivo en asertivo es un proceso que requiere tiempo, práctica y reflexión continua, los alumnos identificaron que en ciertas situaciones han experimentado Ira y frustración: Sentimientos de enojo que pueden llevar a la agresión verbal.

Culpa y arrepentimiento: Después de un episodio agresivo, pueden sentir remordimiento.

Poder y control: En el que momentáneamente pueden sentir una falsa sensación de control.

Respecto al lenguaje pasivo se identificó en la actividad que describieron situaciones en las cuales sentían ansiedad y miedo: temor a las repercusiones de expresar sus opiniones.

Resentimiento y frustración: Al reprimir sus sentimientos, pueden acumular resentimiento.

Baja autoestima: Sentir que sus opiniones no valen puede afectar su autoestima.

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

Mencione tres palabras detonadoras a tener en cuenta durante toda la actividad. Agresivo, Pasivo y asertivo. Los alumnos lo relacionaron con la imagen del dragón, la tortuga y el pulgar arriba.

Hecho esto se procedió a clasificar individual las frases según su tipo de comunicación y reflexionar sobre su forma de actuar.

Finalmente se proyectó en la televisión el cuadro en el cual iban a plasmar situaciones de comunicación agresivo y pasivo que las transformaran en asertiva.

Los alumnos tuvieron dudas se planteó un ejemplo y la magia surgió cada uno comenzó a realizar el cuadro.

Se observó que la actividad captó su interés cada uno, expresando situaciones vividas y como se pueden transformar.

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

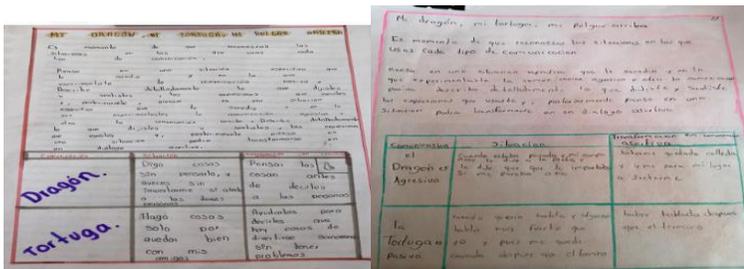
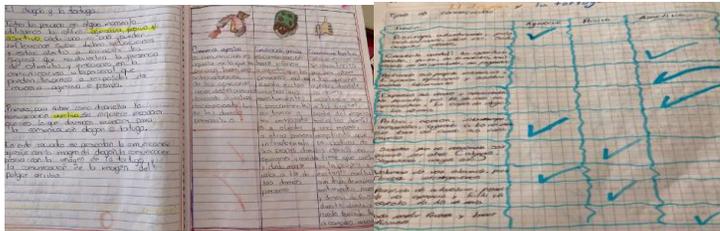
Si porque al realizar el ejercicio de transformar una situación agresiva o pasiva que vivieron a asertiva reflexionaron sobre sus emociones, con el paso de los días se corregían en su forma de actuar

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

La actividad del dragón, la tortuga, y mi pulgar arriba, porque te hace reflexionar sobre la forma en la que actuamos y como reaccionamos ante ciertas situaciones además de pensar cómo puedes transformarla de manera asertiva tanto alumnos, docentes y adultos ¿veo y lo siento que es? Los alumnos se relajaron, adquirieron confianza establecieron una comunicación corporal. Se siguió poniendo en práctica al hacer ver en actividades en equipo que deben saber ponerse de acuerdo, escucharse, e identificar el tono de voz y movimientos corporales

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

La actividad el dragón, la tortuga y el pulgar arriba hizo que los alumnos reflexionaran sobre su forma de actuar de manera verbal y corporal. Y como las situaciones agresiva o pasiva se puede transformar en asertiva. Comprendieron que no solo ellos actúan de esa forma sino también los adultos



¿veo y lo siento que es? Los alumnos se relajaron, adquirieron confianza establecieron una comunicación corporal. Un alumno se paraba en el centro de círculo, daba la tarjeta a la maestra con la palabra escrita, elegía a alguien del círculo, sin hablar y con movimientos corporales le pedía que adivinara la palabra de la emoción que escribió al adivinar tomaba su lugar, o si no podía, elegía a otro del círculo.



### 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.					