



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Definitivamente esta etapa del curso estuvo dirigida a nosotros mismos; a la individualidad, a echar un vistazo al interior, a conocer, identificar y saber utilizar adecuadamente las **herramientas que tengo disponibles durante el transcurso de mi vida**; el saber seleccionar cuáles me son de utilidad dentro de determinados momentos y cuales debo de mantenerlas en resguardo habla de la **cultura autogestiva** que debo practicar permanentemente; **mis emociones son mis compañeras inseparables** pero a la vez, soy quien puede capitanearlas para mejorar los resultados que puedo obtener en cada momento de mi vida; **el desarrollo de conciencia** es lo importante, relevante y trascendente; mi amor personal (y el primero), soy yo misma y ese es mi mayor valor; no es transferible, comprable, vendible e intocable; y todo lo anterior, me lleva a reflexionar sobre la importancia del presente y cómo puedo mejorar mi futuro.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?

A través del **reconocimiento e identificación de mi valor personal**, de la importancia que tengo como docente y líder; de la significación e influencia que apporto a la sociedad a la cual pertenezco y con ello, considerar la manera más representativa, reveladora y característica del rol que poseo y desempeño dentro de mi campo personal, familiar, laboral y social.

3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?

Si, al identificarse físicamente y comenzando a explorar su interior; escuchando lo hermoso que es el contar con vida y funcionalidad dentro de su cuerpo; **descubriendo socialmente la valía que se tiene dentro de su aula y en el salón de clases; compartiendo y sintiendo la empatía de sus compañeros y maestra**; aceptando con las actividades la importancia que posee y que es algo invaluable, intransferible, incomprable, invendible e intocable, se socializó sobre la notabilidad, interés y valía que poseen.

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

La meditación para mí fue algo nuevo, la valoración de las escalas de importancia en los diferentes ámbitos en la gráfica circular, la segunda, y el liderazgo efectivo y sus tipos también me abrió un panorama diferente para mejorar el conocimiento que tenía yo respecto



de lo que era un buen ejercicio de liderazgo; pero **me gustó mucho la forma de llevarte a través de la lectura para reconocer, identificar y apreciar el valor personal y el amor propio como primer lugar en todo.**

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

2. El regalo

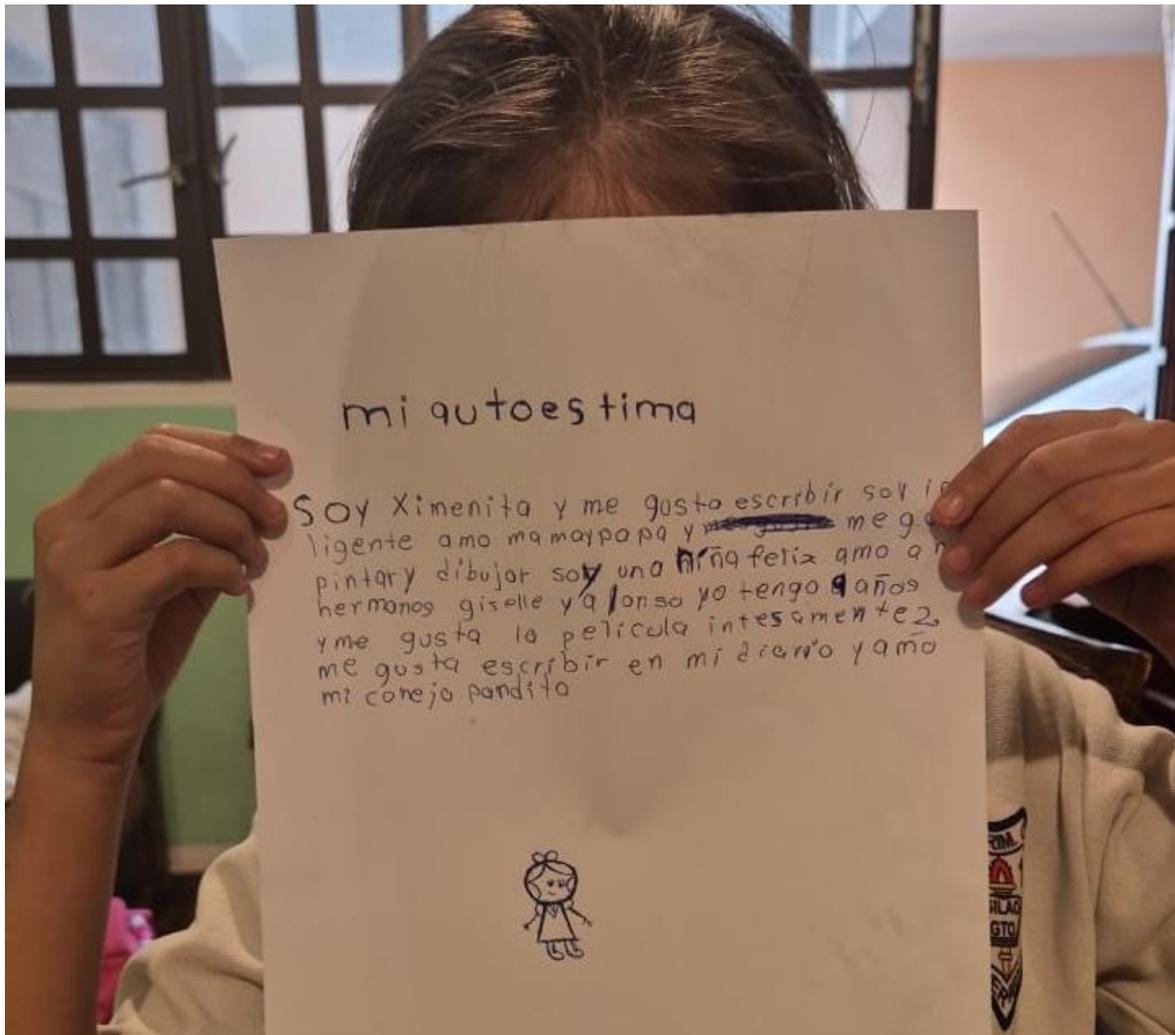


Ante la expectativa de recibir un regalo, tener la posibilidad de abrirlo y saber que es para ti, siempre, los niños reaccionan agradablemente; los niños son unas hermosas personas que se fascinan con cosas sencillas que hacen grande su pequeño mundo; una vez que la menor supo que había algo muy valioso y maravilloso dentro de la caja, estaba cada vez más ansiosa por abrirlo; al preguntar el por qué pudiera ser valioso y hermoso, contestaba que su valor era porque era un video juego, billetes, dólares, oro, etc.; al observarse en el espejo reía tímidamente y se llevaba las manos a su pecho; me preguntó: yo soy importante, valiosa y hermosa..??. le dije, tu dime; reía y finalmente me dijo, mis papas y hermanos me quieren, mi abuelitos me quieren, mis tíos y tías me quieren; si soy muy querida, y yo le dije y valiosa e importante.

Al contestar las preguntas sobre la persona que ella veía, titubeaba sobre su propio reconocimiento, sobre lo bueno que ella tenía; sobre las cosas malas, mencionó que de repente le gustaba lo que otras niñas tenían, unos zapatos, un vestido; respecto a lo que ella cambiaría, dijo que le gustaría ser más inteligente en la escuela.



Para finalizar la actividad, le pedí que escribiera las cosas más positivas que podría tener esa personita y anotó lo siguiente; al final le pedí que me platicara que era el amor, me dijo que era quererse; le dije sí, para el amor a uno mismo hay un nombre, autoestima, así vamos a ponerle el título a todas esas cosas hermosas que sientes que tiene esa personita del espejo.



Hizo un dibujo de ella y me lo mostró.