



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

\_\_\_\_\_ En la puesta en marcha de la actividad experimente la alegría puesto que este tipo de actividad tendrá un impacto directo en la manera de comunicarme con mis estudiantes y también en la manera en que ellos la usaran para comunicarse, otra emoción que experimente fue la esperanza, en los grupos que aplique estas estrategias tienen la particularidad de ser muy caóticos y mantener comunicaciones de tipo agresiva, por lo tanto considero que estas estrategia permearan en el comportamiento de mis alumnos y la tercer emoción que experimente fue la incertidumbre ya que no tenia idea de como funcionaria, si sería posible aplicar las actividades y mi gran sorpresa fue que los estudiantes respondieron de manera positiva a las dos actividades, comprendiendo el propósito y la finalidad, finalmente el pensamiento que tengo actualmente es que es posible crear una comunicación asertiva y disminuir el caos y la aparición de conflictos en el aula. \_\_\_\_\_

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo? \_\_\_\_\_ Al dar a conocer las actividades les explique a mis estudiantes la manera de desarrollarlas y especificando los 3 tipos de comunicación (pasiva, agresiva y asertiva), después mencione las indicaciones de cada actividad o estrategia, al poner en práctica cada una de las estrategias los estudiantes comenzaron a comunicarse entre ellos inicialmente algunos de forma agresiva, pero sus compañeros intervinieron para mediar y generar un tipo de comunicación asertiva, algunos de ellos se reconocieron en la comunicación pasiva y comprendieron que es importante expresar sus emociones y opiniones para llegar a tener una mejor comunicación con sus pares.

El otro tipo de comunicación que utilizamos fue la no verbal donde los compañeros tendrían que comunicarse por medio de su cuerpo, esto provoco un poco de caos al inicio

pero conforme avanzaba la comunicación empezó a fluir, en ocasiones les recordaba el significado de la comunicación asertiva, con la finalidad de que no perdieran la perspectiva.

Las actividades que puse en práctica con mis alumnos fueron: (Cuatro a la vez y el dragón la tortuga y el pulgar arriba. \_\_\_\_\_)

1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?  
\_\_\_\_\_ El día de hoy mis alumnos reconocen y entienden la importancia de la comunicación asertiva, además de conocer los diferentes tipos de comunicación y como afecta o beneficia en su entorno escolar y familiar, ahora saben las ventajas de poner en práctica la comunicación asertiva y saben que se relaciona con el control y reconocimientos de sus emociones, además comprendieron que deben de escuchar y respetar opiniones y decisiones que tienen sus otros compañeros, sin importar que no sean iguales a las suyas, por lo tanto considero que si comprendieron y pondrán en práctica la comunicación asertiva. \_\_\_\_\_

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

\_\_\_\_\_ Las actividades que más me gustaron y tuvieron significado para mi fueron (los rostros que comunican) ya que en muchas ocasiones podemos estar diciendo verbalmente algo, pero físicamente o de manera no verbal algo completamente diferente y eso puede generar un conflicto en nuestros estudiantes, por lo tanto, es importante que sea congruente nuestro hablar y nuestro actuar.

Otra actividad que me pareció muy interesante fue (la expresión de emociones de forma asertiva), creo que aprender a diferenciar estos 3 tipos de comunicación es fundamental para poder identificar en qué momento los ponemos en práctica sin que sea nuestra intención y como debemos de identificar y actuar para dirigirlos a la comunicación asertiva, ya que por medio de ella obtendremos mejores resultados y una interacción más adecuada con nuestros alumnos, compañeros y familiares.

Finalmente la actividad (¿Por qué es tan importante aprender a escuchar?), esta actividad me ayudo a entender que es importante para en ocasiones nuestro ritmo acelerado y aprender a escuchar al otro, de esta manera sentirá que es importante lo que quiere decir y podrá comunicarse de manera asertiva con nosotros, además de cultivar nuestras emociones. \_\_\_\_\_

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

### **Actividad 1: Cuatro a la vez**

Comencé dando el propósito e indicaciones a mis estudiantes y explicando la manera en que desarrollaríamos la actividad,

Se sentaron en círculo y cuatro de ellos permanecieron de pie, comenzamos y en voz alta decía una emoción, de inmediato los estudiantes entraron en caos, no sabían como desarrollar la actividad y comenzó la comunicación agresiva y pasiva, los mismos compañeros empezaron a regular el tipo de comunicación y lograron realizar la actividad por medio de la comunicación no verbal.

Al finalizar reflexionamos la importancia que tiene la comunicación no verbal y como nos interpretan los demás, también lograron comprender como se relaciona la expresión del rostro o cuerpo con una comunicación asertiva.



## Actividad 2: El dragón, la tortuga y el pulgar

Se dieron indicaciones, el propósito y la manera de desarrollar nuestra segunda actividad al grupo.

Se indico organizarse en circulo y prestar atención a los 3 tipos de comunicación, para facilitar su comprensión se realizo la lectura de cada uno de ellos y una explicación, después se escribió en el pizarrón cada tipo de comunicación para que estuviera a la mano.

Posteriormente, se solicito a los estudiantes colocar en hojas de su cuaderno los 3 tipos de comunicación que levantarían según ellos consideraban de acuerdo con la actuación de su compañero o compañera.

Se asignaron diversas frases que correspondían a los 3 tipos de comunicación (agresiva, pasiva y asertiva) cada estudiante paso al centro y podía llevar con el a un segundo actor para interpretar su papel y frase.

Los estudiantes escucharon las frases y levantaban su hoja o cuaderno con el tipo de comunicación que identificaban la frase.

Después de cada participación reflexionábamos cual tipo de comunicación era la correcta y por qué.



### 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.					