

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

En lo personal éste taller fue muy enriquecedor y un gran aliciente personal, sobre todo en éste momento que atravesaba por una situación complicada (una pérdida familiar) que mermó mi desempeño al no entregar en tiempo y forma los productos de éste taller, sin embargo, mis alumnos, sus sesiones sincrónicas y el resto de mi familia fueron mi soporte. Mis alumnos sabían de mi situación y estamos muy conectados que también me replicaban las actividades hacia mi persona lo que me conmovió y me hizo sentir que soy valorada en mi desempeño y persona.

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

De una manera asertiva, constante y positiva.

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

Puedo decir que sí lo reconocen y aprecian como una herramienta de bienestar emocional en todas las etapas y ámbitos de su vida, que es muy importante priorizarse y ponerse en primer plano como la persona más valiosa para estar bien y poder estar bien con los demás.

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

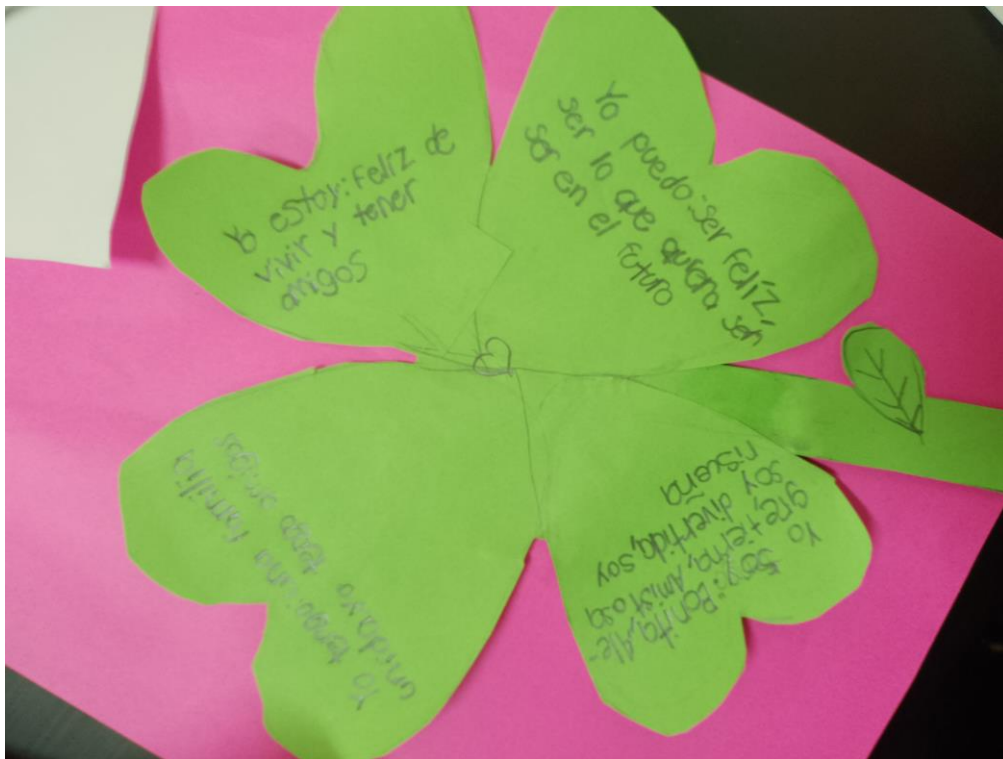
Tal vez la situación que enfrenté me hizo hacer un alto reflexivo y replantear varias cosas en mi vida a las que no daba tanta importancia o no consideraba como vitales en mi bienestar y en éste caso, las actividades que más me impactaron fueron la del pastel de prioridades y el cómo me visualizo ya que me estaba enfrascando mucho en mi trabajo sin

permitirme apreciar y valorar las personas más importantes para mí: yo y mi familia, ya que también no tenía claro cómo me visualizaba en un futuro en el ámbito personal.

En el trabajo no te van a pagar más por hacer más, aunque esto no signifique que no cumplas con tus obligaciones y responsabilidades que son, que no te dejes orillar por competencias absurdas que a veces se dan en centros de trabajo por llamar la atención o favores de los directivos, los merecedores de tu mayor esfuerzo son tus alumnos.

Muchas gracias por permitirme ser parte de ésta experiencia y acción formadora, más acciones como esta por favor.

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



#### “MI TREBOL DE CUATRO”

Dentro de mi aula de clases tenemos un “Espejo de las afirmaciones” en el que se observan y se dicen palabras y frases positivas sobre sí mismos y les gusta hacerlo porque los hace sentirse bien e iniciar motivados y con una sonrisa su jornada.

Otra práctica que tenemos es entrar al aula saludando al “tipazo” – “amigaza” ( que son ellos mismos) con palabras y frases positivas como:

- Hola, buenos días a la amigaza más linda y buena onda.
- Hola tipazo crack del futbol.

Es por eso que al realizar ésta actividad del trébol no les fue del todo desconocida y se sintieron como pez en el agua, con certeza, seguridad, confianza y tranquilidad de que no serían juzgados.



En un paseo por el bosque realicé adecuaciones y conjugué con el PDA que me encontraba trabajando en ese momento en el campo formativo De lo Humano y Comunitario, integrando en Su árbol de proyecto de vida los siguientes elementos:

**Aves:** Personas que te han ayudado y acompañado en tu vida.

**Flores:** valores y cualidades que te hacen especial

**Frutos:** Lo que has logrado y superado.

**Tronco:** Lo que te fortalece

**Raíces:** Tus orígenes.

**Gusanos:** Lo que no te deja avanzar.

**Ramas:** A dónde quiero llegar, cómo quiero trascender.



Finalmente con “EL REGALO”, también hice adecuaciones y les entregué su regalo individual también a propósito del proceso de despedida del ciclo escolar que compartimos juntos, expresándoles que la personita que deposité en esa cajita se las confiaba para que la convirtan en un gran médico, arquitecto, astronauta, enfermera ( lo que quieren ser en el futuro), pero sobre todo, en una persona excepcional de la que estoy yo orgullosa y quiero que ellos también experimenten esa sensación, entre otras motivaciones y afirmaciones trabajadas durante estas sesiones.

Las expresiones de sus rostros fueron diversas entre sorpresa, emoción, alegría, hay quienes se conmovieron y me lo agradecieron con un abrazo que lo convertimos en grupal.