



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

R- Al llevar a cabo la actividad de los diferentes tipos de comunicación me di cuenta que, al llevar una comunicación asertiva los alumnos y uno mismo se siente seguro de sí mismo al expresar sus pensamientos y sentimientos de manera clara y respetuosa.

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

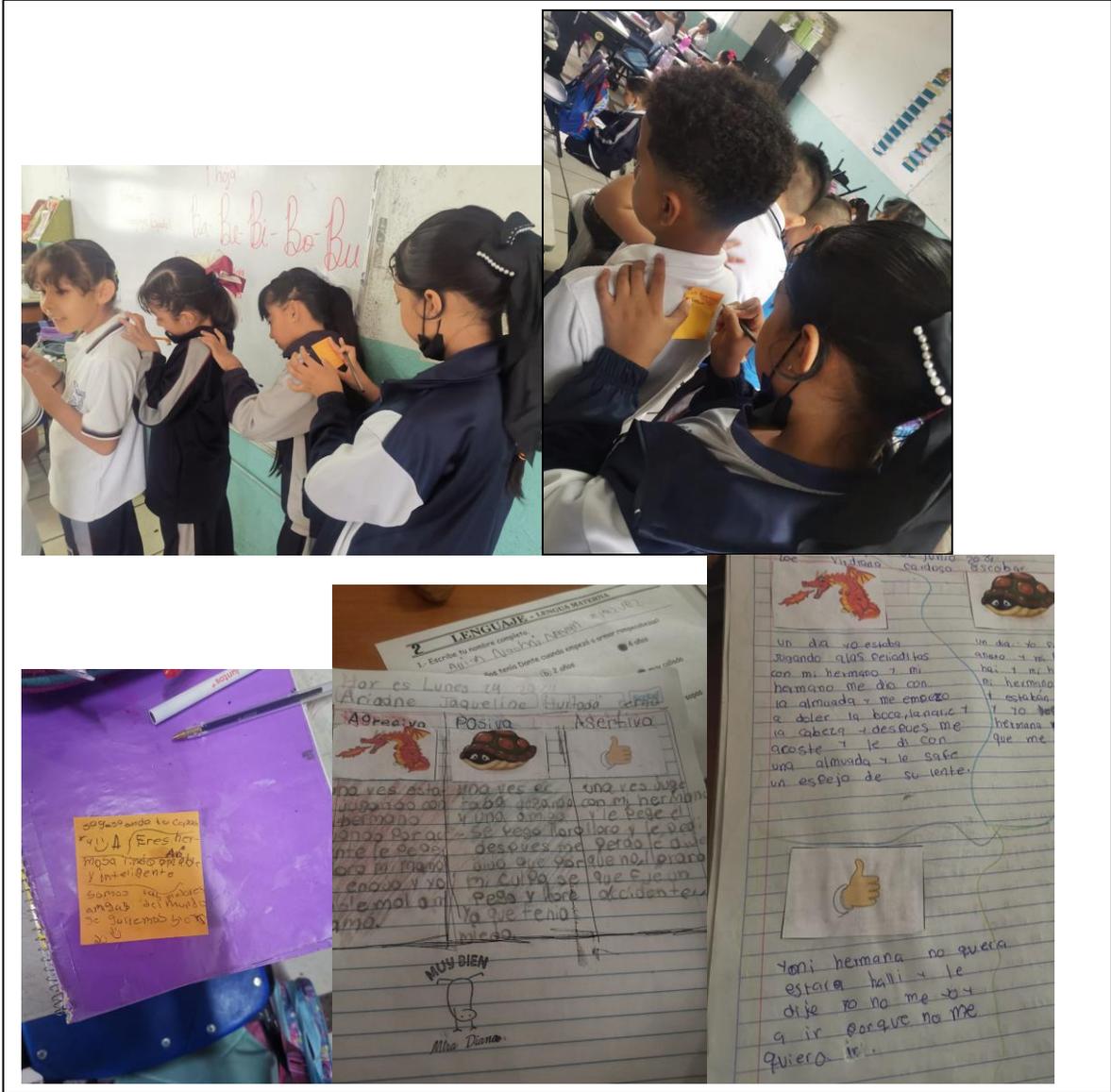
Promovió la confianza en uno mismo y en las relaciones interpersonales. Ahora saben que pueden comunicarse de manera efectiva sin ser agresivo ni pasivo.

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

Los tipos de comunicación fue una de las partes que más me intereso, sobre todo por la asertividad ya que esta nos permite escuchar y entender las perspectivas de los demás, lo que fomenta la empatía y una mejor comprensión mutua.

Algo que trabajamos en el aula es la relajación y ahora este módulo nos ayudó a ser capaz de expresar las necesidades y deseos de manera efectiva, reducir el estrés y la tensión en las interacciones sociales.

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



## 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.                   |                     |                   | x                    |                  |                      |
| 2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2. |                     |                   | x                    |                  |                      |
| 3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.   |                     |                   |                      | x                |                      |
| 4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.                                     |                     |                   | x                    |                  |                      |